

2015 年夏季



Santa Clara  
Family Health Plan  
The Spirit of Care

# 赢得健康

Cal MediConnect 计划  
(医疗保险——医疗补助计划)

## 欢迎加入 Cal MediConnect!

我们非常兴奋您能成为 Santa Clara Family Health Plan (圣克拉拉家庭健康计划) 的 Cal MediConnect 计划会员。赢得健康是一份专属于您的简讯。其中有关于 Cal MediConnect 计划的重要信息以及帮助您保持健康的秘诀。请期待每年三次在收件箱中收到此通讯!

INDIAN HEALTH CENTER  
(印第安健康中心)

## 糖尿病预防计划

**您** 是否有糖尿病? 作为 Santa Clara Family Health Plan 的会员, 您可以获得印第安健康中心糖尿病团队的免费服务。他们提供:

- 由一名注册护士、一名获得认证的糖尿病卫教人员以及/或者一名注册营养师所提供指导的团体糖尿病课程。
- 由一名注册营养师提供指导的团体营养课程。
- 一对一的糖尿病咨询。
- 由认证的健身教练及全方位健身中心服务

请拨打 **1-408-445-3400**, 分机 **278**, 或访问 **www.indianhealthcenter.org** 了解更多信息。

Indian Health Center (印第安健康中心) 位于 602 E. Santa Clara St. 圣何塞市中心。



## 请联系我们

会员服务中心

上午 8 点至晚上 8 点, 每周 7 天, 包括假日:

**1-877-723-4795**

会员服务中心 TTY/TDD (听说障碍专线): **1-800-735-2929**

CW

卫生保健或预防信息

Standard  
U.S. Postage  
PAID  
Walla Walla, WA  
Permit No. 44



# 什么是 护理协 调？

让我们来帮助您

**您** 是否曾在如何跟踪治疗药物；预约就医时间，或者安排交通、餐饮和其他服务等方面遇到困难？

尤其是当您的健康状况改变——比如您出院时，这些事情会尤为困难。在您回家前，需要有人确保一切都已安排好，比如家庭护理或新设备。

您可以从 Santa Clara

## 护理协调如何 为您提供帮助

以下是护理协调如何帮助了一位 Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 会员的例子。

**为母亲和女儿提供的支持。** Janet\* 在尽最大努力照顾其患有痴呆症且独自居住的 81 岁母亲 Mary.\* Janet 努力帮助母亲，并跟踪她所有的医疗服务提供者、照护者、



药物和服务，但她有时会感觉沮丧。

SCFHP 的个案经理与 Janet 和 Mary 在家中进行沟通，使其了解

SCFHP 如何帮助协调 Mary 的护理安排。

在个案经理的帮助下，Mary 可以增加家庭支持服务时间，雇用照护者并更定期地参加成人日间照护。个案经理帮助 Mary 重新联系其初级保健医生，并安排

了可能被遗漏的重要医疗保健预约。

为了给作为照护者的 Janet 提供支持，个案经理经常保持联系并查看情况。个案经理也推荐 Janet 去社区组织，从而帮助她了解如何照料痴呆症患者。

Mary 现在已经得到了她所需要的支持，能够在她自己的家中安全地生活。

\*为了保护隐私，案例中的识别信息有所更改。



## 您的联邦医疗保险承保范围的重要更新

Centers for Medicare & Medicaid Services (联邦医疗保险及医疗补助服务中心) 时而会对联邦医疗保险所承保的服务进行变更。这些变更被称作“全国保险决定”(NCDs)。

以下 NCDs 自 2015 年 1 月 1 日起进行添加或更新:

- 低剂量 CT (LDCT) 肺癌筛查。
- 微伏 T 波交替。
- 人类免疫缺陷病毒 (HIV, 艾滋病毒) 感染筛查。

如需关于 NCDs 的更多信息, 请访问 [www.scfhp.com](http://www.scfhp.com) 或致电 Santa Clara Family Health Plan 会员服务中心。

Family Health Plan (SCFHP) 获得帮助, 以管理这些变化并协调您的护理。这是 Cal MediConnect 其中的福利之一。

您的 SCFHP 个案经理会与您、您选择的家庭成员或朋友、您的照护者、医生和您的其他医疗服务提供者共同协作, 以保证您获得最适合您的医疗和行为健康护理及长期服务与支持 (即 LTSS, long-term services and supports)。

**护理根据您的情况而定。** 当您与个案经理合作时, 您占主导地位。您的个案经理会帮助您做出关于护理的决定, 对您重要的事项提供支持。您的个案经理会听取您的意见, 并设法帮您获取所需的健康和社区资源。

您的个案经理可以帮助您:

- 了解您的健康计划福利。
- 寻找您网络内的医生和专科医生。
- 选择或更换医生。

- 获得可能需要的转诊或授权。
- 协调您的医疗保健预约。
- 获取社区资源。
- 安排交通。

**获得护理协调。** 当您首次加入 SCFHP, 您将需要填写一张健康风险评估 (即 HRA, Health Risk Assessment) 调查表。HRA 帮助 SCFHP 更好地了解您的健康状况、生活状况和现有的家庭或社区支持。完成 HRA 非常重要。您可以通过电话完成 HRA, 或者填写表格并邮寄至 SCFHP。

我们会与您讨论 HRA 相关内容, 并帮助您设定目标以改善健康状况。我们的个案经理了解如何寻找并帮助您获得社区内的资源, 并随时与您保持联系以便您的需求有所变化。

如果您认为您可以从个案经理的帮助中获益, 请联系 SCFHP Member Services (会员服务中心) 以了解更多信息。



## 糖尿病和您的眼睛

**如果** 您患有糖尿病, 您的眼睛可能处于危险之中。大部分糖尿病患者都容易患上视网膜病。这种疾病会影响眼睛的后部。糖尿病还会伤害眼睛前部和内部的液体。

如果您有以下情况, 请告知您的医护服务提供者:

- 视线模糊。
- 视觉重影。
- 看到圆圈或漂浮的斑点。
- 眼睛疼痛或有压迫感。
- 无法看到眼角外部范围。

为了帮助防止这些眼部问题:

- 控制血糖和血压。
- 不要抽烟。
- 每年做一次糖尿病眼睛检查。

来源: National Institutes of Health

# 您有疑问吗？我们会在这里帮助您！

**如果** 您认为在某项承保服务上被误收费，请尽快打电话联系我们。在打电话前，请确保您留有账单。我们需要以下信息：

- 医疗服务的日期。
  - 医生、医院或药房的名字。
  - 收费金额。
  - 接受服务的患者姓名和 Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) ID 号码。
- 我们还需要一份分项账

单。我们会在收到账单后尽快核查。如果您具备该项服务的资格，我们会向医疗服务提供者支付服务费用。

请务必随身携带 SCFHP 会员 ID 卡。每次就医时请出示会员卡，并确保该项服务是承保服务，避免被误收费。

如果您在其他方面需要帮助也请与我们联系，比如：

- 确认您的提供者在 SCFHP 的网络中。
- 按处方配药。
- 预约到医生。



## 通知

You can get this information for free in other languages. Call **1-877-723-4795**. TTY/TDD users call **1-800-735-2929**. The call is free.

Puede obtener esta información gratuita en otros idiomas. Llame al **1-877-723-4795**. Los usuarios de TTY/TDD deben llamar al **1-800-735-2929**. La llamada es gratuita.

Quý vị có thể nhận thông tin này miễn phí ở các ngôn ngữ khác. Xin gọi số **1-877-723-4795**. Những người sử dụng TTY/TDD nên gọi số **1-800-735-2929**. Cuộc gọi được miễn phí.

您可免费获得此信息的其他语言版本。请拨打免费电话 **1-877-723-4795**。TTY/TDD 使用者应拨打 **1-800-735-2929**。这是免费电话。

Makukuha mo nang libre ang impormasyong ito sa iba pang mga wika. Tumawag sa **1-877-723-4795**. Ang mga gumagamit ng TTY/TDD ay dapat tumawag sa **1-800-735-2929**. Libre ang tawag.

您可以要求获得其他格式的手册，比如盲文版或大字版。

Santa Clara Family Health Plan Cal MediConnect Plan (Medicare–Medicaid 计划) 是与 Medicare 和 Medi-Cal

签约的健康计划，旨在让会员同时享受到两项计划的福利。投保 Santa Clara Family Health Plan Cal MediConnect Plan (Medicare–Medicaid 计划) 取决于合同续约。这里的福利信息是简短的摘要，而不是完整的福利说明。约束和限制条件可能适用。如需了解更多信息，请致电 SCFHP 会员服务部，或阅读 SCFHP Cal MediConnect 《会员手册》。福利、承保药物清单以及药房和提供者网络有时可能会在全年内及每年的 1 月 1 日发生变更。

# 赢得健康

《赢得健康》中的信息来自多位医学专家。如果您对可能影响到您健康的具体内容有任何疑问，请联系您的医疗服务提供者。照片或插图的人物可能是模特。

SANTA CLARA FAMILY HEALTH PLAN  
210 E. Hacienda Ave.  
Campbell, CA 95008  
www.scfhp.com

H7890\_10072C Accepted