

# Hướng Dẫn Nhanh

Tháng 1 năm 2025

về Health Share of Oregon, CareOregon và Oregon Health Plan



## Chào mừng quý vị

**Chúng tôi rất vui vì quý vị cũng là một phần của gia đình CareOregon và Health Share of Oregon**

CareOregon tự hào là thành viên của tổ chức chăm sóc phối hợp (CCO) Health Share of Oregon. Cho dù quý vị là thành viên mới hay đã tham gia một thời gian, chúng tôi hy vọng Hướng Dẫn Nhanh này sẽ giúp quý vị dễ dàng tiếp cận với Oregon Health Plan (OHP, Chương Trình Y Tế Oregon). Quý vị cũng có thể tìm thông tin chi tiết về phạm vi bảo hiểm của mình trực tuyến trong phần Thành viên tại [careoregon.org/members](https://careoregon.org/members) hoặc gọi tới bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng CareOregon theo số 503-416-4100, 800-224-4840 hoặc TTY 711.

## Tổng quan về các quyền lợi

**Oregon Health Plan cung cấp các quyền lợi trong nhiều lĩnh vực**

Bắt đầu: Thẻ ID thành viên, thăm khám sức khỏe tinh thần và nhiều hoạt động khác.....	2	Nhà thuốc.....	9
Sức khỏe thể chất (chăm sóc truyền thống và thay thế).....	5	Dịch vụ ngôn ngữ.....	10
Dịch vụ thị giác định kỳ.....	5	Khác dịch vụ khác.....	11
Thai kỳ.....	5	Dịch vụ vận chuyển.....	12
Chọn nhà cung cấp.....	6	Điều phối chăm sóc.....	13
Chăm sóc nha khoa.....	7	Làm quen với CareOregon.....	14
Điều trị sức khỏe tâm thần và sử dụng chất gây nghiện.....	8	Câu hỏi.....	15

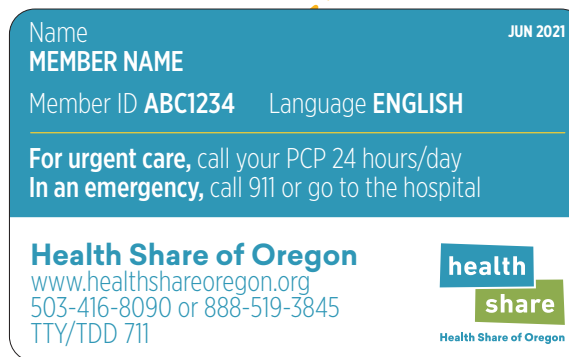
## Cùng bắt đầu nào. Chúng tôi sẵn sàng hỗ trợ quý vị ở mọi bước.

### Thẻ ID thành viên

- ▶ Thẻ ID thành viên của quý vị sẽ sớm có. Thẻ này cho thấy các quyền lợi của quý vị, có thể bao gồm chăm sóc sức khỏe thể chất, nha khoa và sức khỏe tâm thần cũng như điều trị sử dụng chất gây nghiện. Thư chào mừng cũng sẽ cho quý vị biết những quyền lợi mà quý vị có.
- ▶ Khi quý vị đến thăm khám tại nhà cung cấp hoặc nhà thuốc, hãy mang theo cả thẻ ID thành viên Health Share và giấy tờ tùy thân có ảnh. (Nếu quý vị cũng có bảo hiểm Medicare, vui lòng mang theo thẻ ID Medicare của quý vị.)

### Bắt đầu bằng việc thăm khám sức khỏe tinh thần

- ▶ Ngay khi có thể, hãy gọi đến văn phòng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính có thông tin ở mặt trước thẻ ID thành viên của quý vị. Hãy cho phòng khám biết quý vị là bệnh nhân mới và là thành viên CareOregon, đồng thời quý vị muốn lên lịch khám sức khỏe tinh thần. Nhiều nhà cung cấp thực hiện các cuộc hẹn khám từ xa, là các cuộc hẹn qua điện thoại hoặc video. Hãy hỏi nhà cung cấp xem quý vị nên đặt cuộc hẹn nào là tốt nhất.



Tổ Chức Chăm Sóc Phổi Hợp (CCO) của Quý Vị

Chương Trình Sức Khỏe Thể Chất của Quý Vị

Chương Trình Sức Khỏe Nha Khoa của Quý Vị



Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (PCP) của Quý Vị

Chương Trình Sức Khỏe Tâm Thần của Quý Vị



## Cuộc Gọi Chào Mừng và Bảng Câu Hỏi

Nếu là thành viên mới, quý vị sẽ sớm nhận được cuộc gọi chào mừng từ CareOregon. Chúng tôi sẽ sẵn lòng trả lời bất kỳ câu hỏi nào của quý vị về phạm vi bảo hiểm và các quyền lợi. Chúng tôi cũng sẽ sớm gửi một bản khảo sát về sức khỏe của quý vị qua đường bưu điện. Khi nhận được, vui lòng dành một vài phút để thực hiện. Những câu hỏi này giúp chúng tôi tìm hiểu thêm về quý vị và nhu cầu của quý vị cũng như cách chúng tôi có thể hỗ trợ quý vị tốt nhất! Sau khi chúng tôi nhận được câu trả lời của quý vị, nhóm Điều Phối Chăm Sóc của chúng tôi sẽ thực hiện xem xét. Chúng tôi có thể gọi cho quý vị để chia sẻ một số nguồn trợ giúp về y tế có thể giúp ích cho quý vị.

### Duy trì việc chăm sóc

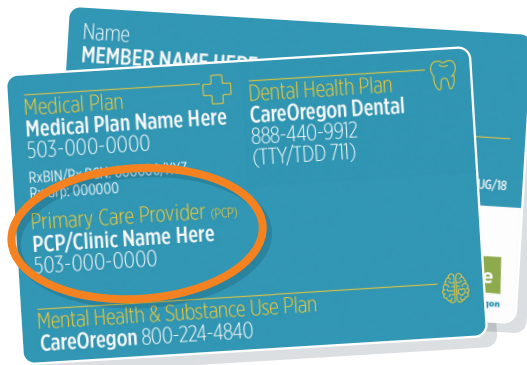
- ▶ Để duy trì bảo hiểm OHP của mình, quý vị có thể cần phải đăng ký lại sau mỗi 12 tháng. OHP sẽ gửi cho quý vị một lá thư về cách thực hiện việc này.
- ▶ Nếu địa chỉ, tên hoặc số điện thoại của quý vị thay đổi, hãy cập nhật tài khoản của quý vị tại [one.oregon.gov](http://one.oregon.gov)

### Chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ

- ▶ Dịch Vụ Khách Hàng CareOregon: 503-416-4100, số điện thoại miễn phí 800-224-4840 hoặc TTY 711. Chúng tôi có thể trợ giúp các nhu cầu thông thường như tìm nhà cung cấp hoặc mua lại đơn thuốc.

## Chăm sóc y tế từ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính, thường được gọi là PCP, là người hiểu rõ nhất về sức khỏe của quý vị. PCP của quý vị có thể là bác sĩ, y tá hoặc trợ lý bác sĩ. Nếu cần, PCP có thể giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa về ung thư, mang thai, vật lý trị liệu và nhiều bác sĩ chuyên ngành khác. Những dịch vụ này đều được CareOregon đài thọ. **Bắt đầu với PCP cho mọi nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị.**



### Xây dựng mối quan hệ với PCP

Là thành viên CareOregon, quý vị sẽ tự động được chỉ định một PCP và quý vị sẽ tìm thấy tên cũng như số của họ trên thẻ ID thành viên của mình. Nhưng điều quan trọng nữa là PCP phải làm quen với quý vị. Ngay sau khi quý vị nhận được thẻ ID thành viên, hãy đặt lịch hẹn với PCP được chỉ định — để được khám sức khỏe định kỳ, ngay cả khi quý vị không bị bệnh.

### Sau đây là mô tả về mối quan hệ bền chặt của quý vị với PCP:



Gặp PCP để kiểm tra sức khỏe định kỳ và sàng lọc sức khỏe.



Chăm sóc các vấn đề nhẹ về sức khỏe như cảm lạnh, cúm, sốt, đau mắt tím, v.v.



Họ có thể giúp ngăn chặn các vấn đề nghiêm trọng bằng cách luôn theo dõi sát sao và tìm ra các vấn đề khi chúng phát sinh.



PCP thăm khám cho quý vị thường xuyên nên họ là người hiểu rõ quý vị nhất! Họ có thể:

- Chẩn đoán quý vị tốt hơn vì họ hiểu sức khỏe của quý vị.
- Xem lại thuốc của quý vị để đảm bảo chúng là thuốc mới nhất.
- Quyết định xem quý vị có cần gặp bác sĩ chuyên khoa hay không.
- Tư vấn cho quý vị cách để cảm thấy tốt hơn.
- Đảm bảo quý vị có được những gì cần thiết để giữ sức khỏe.

### PCP, chăm sóc khẩn cấp hoặc phòng cấp cứu?



#### Đến gặp PCP trong trường hợp...

- ▶ Kiểm tra.
- ▶ Xét nghiệm và sàng lọc sức khỏe.
- ▶ Bệnh nhẹ (cảm lạnh, cúm, táo bón, v.v.).
- ▶ Chăm sóc ngoài giờ làm việc: Tất cả các nhà cung cấp trong mạng lưới của chúng tôi đều cung cấp hỗ trợ ngoài giờ làm việc.



#### Tới nơi chăm sóc khẩn cấp nếu...

- ▶ Quý vị cần được chăm sóc ngay lập tức và PCP yêu cầu quý vị đến nơi chăm sóc khẩn cấp hoặc không thể thăm khám cho quý vị.
- ▶ Quý vị không được chỉ định cho một PCP.



#### Tới ER trong trường hợp...

Các triệu chứng đe dọa tính mạng, như:

- ▶ Đau ngực
- ▶ Khó thở
- ▶ Chấn thương đầu
- ▶ Phiền muộn tâm lý

## Sức khỏe thể chất (chăm sóc truyền thống và thay thế)

### Chương trình sức khỏe thể chất của quý vị do CareOregon quản lý

Quyền lợi của quý vị bao gồm:

- ▶ Đến thăm khám tại các nhà cung cấp dịch vụ y tế
- ▶ Xét nghiệm trong phòng thí nghiệm và chụp X-quang
- ▶ Kế hoạch hóa gia đình
- ▶ Chăm sóc thai kỳ
- ▶ Nằm viện
- ▶ Dịch vụ thính giác
- ▶ Thiết bị y tế sử dụng lâu dài như xe lăn hoặc ghế tập đi
- ▶ Vật lý trị liệu, chăm sóc chỉnh hình, châm cứu và chăm sóc thay thế khác cho các tình trạng sức khỏe cụ thể (có sự cho phép)
- ▶ Thuốc kê đơn (Xem phần Nhà thuốc)

PCP có thể là bác sĩ, y tá hành nghề, trợ lý bác sĩ hoặc chuyên gia trị liệu bằng liệu pháp thiên nhiên. Để tận dụng tối đa cuộc thăm khám với PCP, quý vị nên có sự chuẩn bị. Mang theo một danh sách các câu hỏi quý vị có thể có. Ngoài ra, hãy mang theo danh sách tất cả các loại thuốc quý vị đang dùng.

### Dịch vụ thị giác định kỳ

Các dịch vụ thị giác được cung cấp thông qua Vision Service Plan (VSP). Việc khám mắt định kỳ và đeo kính được bao trả cho các thành viên:

- ▶ Dưới 21 tuổi hoặc đang mang thai, khi cần thiết và ít nhất 24 tháng một lần
- ▶ 21 tuổi trở lên và không mang thai, 24 tháng một lần

Hãy liên hệ trực tiếp với VSP để được trợ giúp về khả năng đủ điều kiện, quyền lợi và yêu cầu bồi thường của quý vị. Truy cập [vsp.com](http://vsp.com) hoặc gọi bộ phận Dịch Vụ Thành Viên VSP theo số 800-877-7195. Nếu quý vị bị nhiễm trùng hoặc chấn thương mắt, hãy gọi cho PCP để giúp chăm sóc vấn đề này.

### Thai kỳ

Trẻ sơ sinh không được tự động đăng ký vào OHP. Nếu quý vị có thai, hãy nhớ thông báo ngay cho OHP để con quý vị được bảo hiểm. Hãy gọi số điện thoại miễn phí của OHP là 800-699-9075 hoặc gửi email tới [oregon.benefits@dhsosha.state.or.us](mailto:oregon.benefits@dhsosha.state.or.us)

CareOregon cũng có một chương trình dành cho những người mới làm cha mẹ có tên là CareBaby (Chăm Sóc Trẻ Nhỏ). Đó là một chương trình đặc biệt được tạo ra để giúp hướng dẫn các thành viên đang mang thai trong suốt thai kỳ.

Chúng tôi chia sẻ chi tiết về các quyền lợi bổ sung. Cung cấp cho quý vị danh sách kiểm tra đơn giản cho mỗi tam cá nguyệt. Và đưa ra những lời khuyên, chẳng hạn như vitamin trước khi sinh và các cuộc hẹn khám nha khoa, để giúp quý vị và con quý vị khỏe mạnh và hạnh phúc. Nếu muốn biết thêm thông tin, hãy truy cập [careoregon.org/carebaby](http://careoregon.org/carebaby)

**Chúng tôi chi trả cho các dịch vụ chăm sóc cấp cứu và khẩn cấp ở bất kỳ đâu tại Hoa Kỳ.**

## Chọn nhà cung cấp

**Điều quan trọng là phải xây dựng mối quan hệ tin cậy với tất cả các nhà cung cấp của quý vị** — bao gồm các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thể chất, nha khoa và tâm thần. Một mối quan hệ thân thiết có nghĩa là nhà cung cấp hiểu rõ nhất về quý vị và sức khỏe của quý vị, đồng thời quý vị cảm thấy thoải mái khi gặp họ. Health Share/CareOregon muốn giúp quý vị xây dựng

### Cách chọn nhà cung cấp



- ▶ **Vị trí:** Họ có ở gần quý vị không?
- ▶ **Điều gì khiến quý vị là chính quý vị:** Liệu họ có hiểu các vấn đề liên quan đến chủng tộc, giới tính, khuynh hướng tính dục, tôn giáo, lịch sử cá nhân, văn hóa hay bất cứ điều gì khiến quý vị trở nên khác lạ không?
- ▶ **Ngôn ngữ:** Họ có nói được ngôn ngữ của quý vị không?
- ▶ **Phương pháp chăm sóc:** Họ có cung cấp các dịch vụ quý vị muốn không?

### Xây dựng mối quan hệ



Trong một mối quan hệ tốt đẹp, thân thiết với nhà cung cấp:

- ▶ Quý vị có thể nói chuyện với nhà cung cấp về những vấn đề cá nhân.
- ▶ Quý vị cảm thấy được lắng nghe và an toàn.
- ▶ Quý vị biết rằng nhà cung cấp sẽ ủng hộ những nhu cầu riêng biệt của quý vị và cho quý vị lời khuyên có thể tin tưởng.

## Đổi nhà cung cấp



Nếu quý vị muốn chuyển từ nhà cung cấp này sang nhà cung cấp khác, điều đó không sao cả.

### Để thay đổi nhà cung cấp:

1. Tìm nhà cung cấp mới mà quý vị muốn thử:
  - a. Đối với sức khỏe thể chất, truy cập [careoregon.org/find-a-provider](https://careoregon.org/find-a-provider)
  - b. Đối với việc điều trị sức khỏe tâm thần và sử dụng chất gây nghiện, truy cập [healthshare-bhplan-directory.com](https://healthshare-bhplan-directory.com)
  - c. Đối với sức khỏe nha khoa, hãy liên hệ với chương trình nha khoa của quý vị (được liệt kê trên thẻ ID thành viên).

Hoặc gọi bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng theo số 800-224-4840 hoặc TTY 711 và chúng tôi sẽ giúp quý vị tìm nhà cung cấp mới.

3. Khi quý vị đã tìm được nhà cung cấp mới, hãy gọi cho họ và đặt lịch hẹn.

## Quyền lợi chăm sóc nha khoa

**Chăm sóc răng và nướu là một cách quan trọng để chăm sóc sức khỏe tổng thể của quý vị.** Đó là lý do tại sao dịch vụ chăm sóc nha khoa được đài thọ như một phần quyền lợi Health Share/CareOregon của quý vị.

### Gói quyền lợi nha khoa của quý vị bao gồm các dịch vụ như:



Khám, chụp X-quang và vệ sinh\*



Trám răng dành cho thành viên từ 15 tuổi trở xuống\*



Phương pháp điều trị bằng fluoride\*



Làm sạch sâu cho bệnh về nướu



Trám



Nhổ răng



Mão răng\* (có giới hạn)



Tủy răng\* (có giới hạn)



Răng giả một phần và toàn phần (có giới hạn)



Niềng răng dành cho thành viên từ 20 tuổi trở xuống\*

*Những hạn chế có thể được áp dụng và/hoặc có thể cần có sự phê duyệt trước. Dấu sao (\*) trong bảng quyền lợi có nghĩa là một dịch vụ có thể được bao trả vượt quá giới hạn được liệt kê cho các thành viên dưới 21 tuổi, nếu cần thiết và phù hợp về mặt y tế.*

### Tìm nha sĩ

Chúng tôi hợp tác với các chương trình nha khoa địa phương để quý vị có thể thăm khám nha sĩ miễn phí. Chương trình nha khoa của quý vị được liệt kê trên thẻ ID thành viên. Họ làm việc với quý vị để chăm sóc các nhu cầu nha khoa của quý vị. Hãy gọi cho họ khi quý vị cần chăm sóc nha khoa hoặc có thắc mắc về sức khỏe răng miệng, trước khi quý vị tìm kiếm dịch vụ chăm sóc cấp cứu hoặc khẩn cấp.

#### Nha sĩ của quý vị:

- ▶ Là người quý vị sẽ liên hệ đầu tiên khi cần chăm sóc nha khoa, ngoại trừ trường hợp khẩn cấp đe dọa tính mạng như chảy máu không kiểm soát được.
- ▶ Sắp xếp dịch vụ chăm sóc nha khoa đặc biệt nếu quý vị cần.
- ▶ Lưu giữ hồ sơ nha khoa của quý vị và biết rõ nhất về sức khỏe răng miệng của quý vị để có thể đưa ra lời khuyên tốt nhất ngay cả trong trường hợp khẩn cấp.



### Ai nên đến gặp nha sĩ?

**Tất cả mọi người! Nhưng việc chăm sóc nha khoa thường xuyên là quan trọng nhất đối với những người đang mang thai, mắc bệnh tiểu đường hoặc các bệnh mãn tính khác và trẻ em.**

## Chăm sóc sức khỏe tâm thần và điều trị sử dụng chất gây nghiện

**Sức khỏe hành vi** là thuật ngữ dùng để chỉ ba dịch vụ: chăm sóc sức khỏe tâm thần, điều trị sử dụng chất gây nghiện và hỗ trợ phục hồi. **Những dịch vụ này được cung cấp miễn phí cho quý vị.** Nhận trợ giúp thật dễ dàng: tìm hiểu về các dịch vụ của chúng tôi bên dưới và sau đó gọi cho chương trình sức khỏe hành vi được chỉ định của quý vị để đặt lịch hẹn hoặc liên hệ với bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng nếu có thắc mắc.

### CareOregon cung cấp các nguồn trợ giúp để hỗ trợ quý vị miễn phí



#### Chăm sóc sức khỏe tâm thần

- Tư vấn
- Trị liệu và tâm lý trị liệu
- Thuốc



#### Điều trị sử dụng chất gây nghiện

- Chương trình thải độc tố
- Thuốc điều trị chứng nghiện
- Thăm khám và tư vấn tại văn phòng



#### Hỗ trợ phục hồi

- Chăm sóc trực tiếp
- Vận động cá nhân
- Hỗ trợ giữa những người tham gia

Và nhiều dịch vụ khác...

Nếu quý vị đang phải đối mặt với một trong những tình huống này thì quý vị không hề đơn độc. Chúng tôi có thể giúp quý vị.



Cảm thấy bị choáng



Gặp khó khăn khi ra khỏi giường



Nghĩ đến việc làm hại chính mình



Gặp khó khăn trong việc nuôi dạy con cái, công việc và nhiều vấn đề khác



Sợ rằng quý vị sẽ không bao giờ khỏe lại



Không chắc quý vị sẽ tìm được người tư vấn phù hợp



Cảm thấy như quý vị không có thời gian để nhờ giúp đỡ

Quý vị không cô đơn. Điều này có vẻ bất khả thi nhưng quý vị có thể bắt đầu nhận sự trợ giúp cần thiết chỉ bằng một cuộc gọi.

**Chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ. Thực hiện cuộc gọi đầu tiên ngay hôm nay.**

Thẻ ID thành viên của quý vị có số của chương trình sức khỏe hành vi mà quý vị đã được chỉ định tham gia. Điều quan trọng là quý vị cảm thấy thoải mái với người chăm sóc cho quý vị. Nếu nhà cung cấp mà quý vị thăm khám đầu tiên không phù hợp, hãy gọi cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng để chọn từ danh sách các nhà cung cấp khác.



## Quyền lợi và dịch vụ của nhà thuốc

Các thành viên của chúng tôi dựa vào thuốc để có được và duy trì sức khỏe. **Đó là lý do tại sao chúng tôi chi trả cho nhiều loại thuốc theo toa.** Chúng tôi muốn đảm bảo rằng quý vị có đủ loại thuốc cần thiết. Nếu quý vị cần gấp một loại thuốc không được đài thọ, hãy gọi cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng theo số **800-224-4840 hoặc TTY 711.**

### Thuốc được chi trả

Nhiều đơn thuốc được thanh toán theo bảo hiểm thuốc Medicaid của quý vị, nhưng không phải tất cả đều như vậy. **Danh mục thuốc là một tập sách nhỏ cho biết những loại thuốc chúng tôi sẽ chi trả.** Khi nhà cung cấp kê toa một loại thuốc, hãy hỏi xem loại thuốc đó có trong danh mục thuốc của



### Giới hạn về đơn thuốc

**Health Share/CareOregon không thanh toán cho:**



- ▶ Thuốc không có trong danh mục thuốc của chúng tôi
- ▶ Thuốc điều trị các tình trạng không được Oregon Health Plan chi trả.
- ▶ Thuốc dùng cho mục đích thẩm mỹ.
- ▶ Thuốc không được Food and Drug Administration (FDA, Cục Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ) chấp thuận.
- ▶ Thuốc không được phê duyệt cho tình trạng của quý vị.

Nhà thuốc của quý vị sẽ cần gửi hóa đơn trực tiếp cho Oregon Health Authority (OHA, Cơ Quan Y Tế Oregon) đối với các đơn thuốc về sức khỏe tâm thần.

**Các giới hạn khác:**



- ▶ Quý vị có thể nhận thuốc gốc thay vì thuốc nhãn hiệu.
- ▶ Quý vị có thể phải thử các loại thuốc khác trước (còn được gọi là liệu pháp từng bước).
- ▶ Thuốc có thể bị hạn chế theo độ tuổi.
- ▶ Thuốc có thể có giới hạn số lượng.
- ▶ Đơn thuốc của quý vị có thể cần phải phê duyệt trước.

### Mua lại thuốc

Hầu hết các đơn thuốc được giới hạn **từ 31 ngày trở xuống**. Đối với hầu hết các loại thuốc, ngày sớm nhất quý vị có thể mua thêm thuốc là 23 ngày sau khi quý vị mua đơn thuốc theo toa gần nhất. Chúng tôi kê đơn thuốc có thời hạn 90 ngày cho nhiều loại thuốc điều trị bệnh mãn tính.



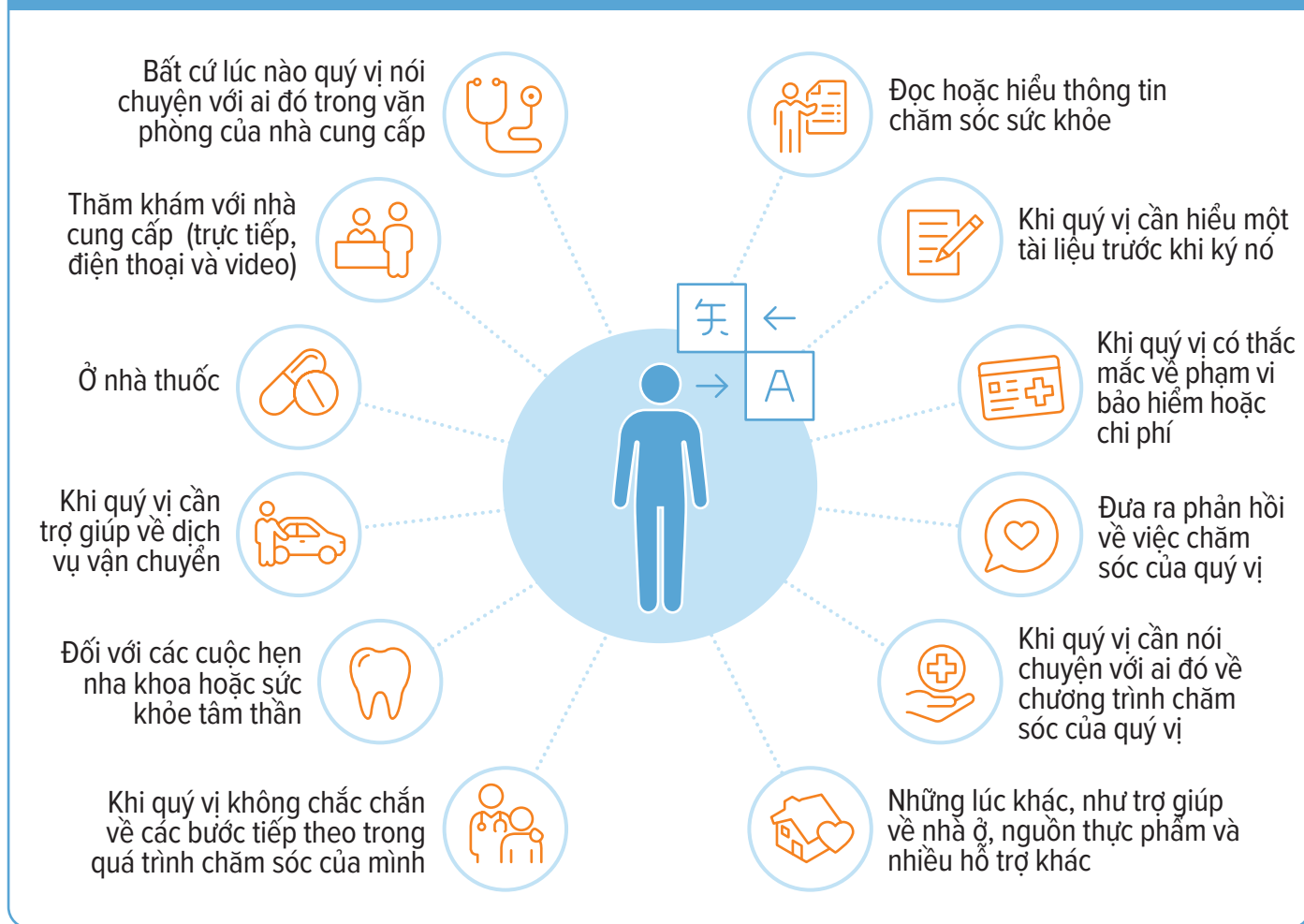
### Quyền lợi nhà thuốc của quý vị cũng bao gồm:

- ▶ Xem xét các loại thuốc với dược sĩ để đảm bảo chúng hỗ trợ tốt với nhau.
- ▶ Một số loại thuốc không kê đơn khi có đơn thuốc.

## Dịch vụ ngôn ngữ

**Quý vị có quyền hợp pháp được sử dụng các dịch vụ phiên dịch và biên dịch miễn phí.** Nếu quý vị không nói hoặc đọc được tiếng Anh hoặc muốn thảo luận về việc chăm sóc sức khỏe của mình bằng một ngôn ngữ khác, bao gồm cả ngôn ngữ ký hiệu, CareOregon sẵn sàng phục vụ quý vị.

**Dưới đây là một số ví dụ về thời điểm quý vị có quyền yêu cầu dịch vụ ngôn ngữ:**



**Các dịch vụ ngôn ngữ miễn phí là quyền của quý vị và phải dễ dàng tiếp cận.**

Nếu quý vị cần bất kỳ trợ giúp nào về dịch vụ ngôn ngữ hoặc có khiếu nại nào, chúng tôi muốn biết về điều đó. Hãy gọi bộ phận **Dịch Vụ Khách Hàng CareOregon** theo số **800-224-4840** hoặc **TTY 711**, hoặc gửi cho chúng tôi một tin nhắn an toàn tại [careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

## Thẻ Ngôn Ngữ Thường Dùng

Quý vị có thể đã được cung cấp thẻ Ngôn Ngữ Thường Dùng qua thư để giúp quý vị thông báo cho văn phòng của nhà cung cấp về ngôn ngữ nói của quý vị. Nếu quý vị gặp bất kỳ vấn đề gì trong việc tìm thông dịch viên, vui lòng cho chúng tôi biết bằng cách gọi tới bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng của CareOregon.

Preferred Language Card

### I speak Spanish

I need language help. Please give me a qualified or certified interpreter in my spoken language. Please note this language in your permanent records.

Thank you!



Office of  
Equity & Inclusion

Title VI of the Civil Rights Act of 1964 requires all federally funded agencies to provide free language access services.

Preferred Language Card (Spanish 1/2014)

## Hãy ngừng hút thuốc ngay hôm nay. Dưới đây là những phương



### Đội ngũ chăm sóc của quý vị

**Bất kỳ nhà cung cấp nào — thể chất, tâm thần hoặc nha khoa** — sẽ rất vui khi được giúp quý vị cai thuốc lá. Họ có thể giúp quý vị tìm các chương trình địa phương tốt, phù hợp với quý vị và được bảo hiểm hoàn toàn. Họ cũng có thể giúp quý vị quyết định loại thuốc nào (chẳng hạn như miếng dán nicotine hoặc kẹo cao su) có thể phù hợp với quý vị.



### Đường Dây Hỗ Trợ Cai Thuốc Lá Oregon

Đường Dây Hỗ Trợ Cai Thuốc Lá là **dịch vụ tư vấn miễn phí** được cung cấp qua điện thoại và trò chuyện trực tuyến. Hãy bắt đầu tại [quitnow.net/oregon](http://quitnow.net/oregon) hoặc 800-QUIT-NOW (800-784-8669). Đây là quyền lợi được đài thọ mà quý vị có thể sử dụng hai lần trong khoảng thời gian 12 tháng.



### Smokefree.gov

**smokefree.gov** là một chương trình quốc gia cung cấp nhiều **công cụ giúp quý vị cai thuốc lá**, bao gồm trò chuyện trực tuyến và tin nhắn văn bản khuyến khích, miễn phí. Chúng đều miễn phí cho quý vị. Truy cập trang web và chọn dịch vụ quý vị muốn thử.

## Dịch vụ vận chuyển

Việc tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe là vô cùng quan trọng, đó là lý do tại sao các quyền lợi của quý vị bao gồm trợ giúp việc di chuyển đến các cuộc hẹn và dịch vụ chăm sóc sức khỏe được đài thọ thông qua Oregon Health Plan (OHP). Nếu quý vị cần hỗ trợ để đi đến một cuộc hẹn được bảo hiểm, đối tác của chúng tôi **Ride to Care** có thể giúp quý vị.

### Ba cách đi đến cuộc hẹn

**Đội ngũ dịch vụ khách hàng Ride to Care sẽ làm việc với quý vị để tìm ra phương án phù hợp nhất và ít tốn kém nhất phù hợp với nhu cầu của quý vị:**



#### Giao thông công cộng

Chúng tôi cung cấp vé giao thông công cộng hàng ngày hoặc hàng tháng. Chúng tôi sẽ thảo luận về các cuộc hẹn của quý vị và quyết định xem vé ngày hay vé tháng sẽ phù hợp hơn với các chuyến thăm khám theo lịch trình của quý vị.



#### Hoàn trả

Chúng tôi trả phí theo dặm cho quãng đường đến và đi từ các lần thăm khám chăm sóc sức khỏe. Quý vị có thể tự lái xe hoặc người khác có thể chở quý vị đi. In mẫu xác nhận cuộc hẹn tại [ridetocare.com](http://ridetocare.com) và yêu cầu nhân viên văn phòng của nhà cung cấp ký vào đó. Khoản hoàn trả sẽ được nạp vào thẻ ghi nợ trả trước.



#### Chuyến đi bằng phương tiện

Chúng tôi có thể lên lịch các chuyến đi riêng và chung. Dựa trên nhu cầu y tế của quý vị, chúng tôi có thể gửi xe sedan, xe van, xe có giường nằm hoặc xe cứu thương không khẩn cấp.



Quý vị có quyền yêu cầu chuyến đi trong ngày hoặc ngày hôm sau. Tuy nhiên, nếu yêu cầu của quý vị được gửi trong thời gian ngắn và nhu cầu đi lại cao, chúng tôi sẽ ưu tiên các yêu cầu khẩn cấp về mặt y tế.

Gọi **Ride to Care** để tìm hiểu thêm theo số **855-321-4899** hoặc **TTY 711**

**Gọi cho Ride to Care theo số 855-321-4899 hoặc TTY 711** để xem dịch vụ nào phù hợp với quý vị. Mỗi lần gọi, chúng tôi sẽ đặt câu hỏi về quý vị và chuyến đi mà quý vị yêu cầu. Bất cứ khi nào có thể, vui lòng gọi cho chúng tôi ít nhất hai ngày làm việc trước cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe để thảo luận và lên lịch di chuyển cho quý vị. Quý vị có thể lên lịch nhiều chuyến đi trước tối đa 90 ngày.

## Điều phối chăm sóc

**Điều phối viên chăm sóc** làm việc với quý vị và các nhà cung cấp và giúp quý vị tận dụng tối đa chương trình sức khỏe của mình. Chúng tôi biết các dịch vụ có thể khó khăn và khó hiểu như thế nào. **Chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ.**

**TRƯỚC**  
Cách mà tôi có thể...

Được thấu hiểu? Có một chiếc xe lăn? Tìm nha sĩ?  
Đến cuộc hẹn của tôi? Nhận nguồn cung cấp cho bệnh tiểu đường? Tìm chuyên gia?  
Tìm nguồn thức ăn? Nhận thuốc? Kết nối với nguồn trợ giúp về nhà ở? Tìm tư vấn viên?  
Đảm bảo các nhà cung cấp chia sẻ thông tin về tôi? Giải quyết hóa đơn này?  
Lên lịch một cuộc hẹn? Tìm chương trình sức khỏe của tôi?

**SAU**  
Chỉ với một cuộc gọi...

**Điều phối viên chăm sóc của quý vị có thể:**

- Tìm hiểu về nhu cầu của quý vị và giúp quý vị tìm ra giải pháp phù hợp.
- Hãy chắc chắn rằng tất cả các nhà cung cấp của quý vị đang trao đổi cùng nhau.
- Trợ giúp về các dịch vụ bổ sung, bao gồm nhà ở, thực phẩm (Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP, Chương Trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung)) và các nguồn trợ giúp về vận chuyển.
- Cung cấp cho quý vị những nguồn cung phù hợp, bao gồm thuốc men, nguồn cung cấp cho bệnh nhân tiểu đường, xe lăn, bình oxy và nhiều thứ khác.
- Giúp quý vị nhận được sự chăm sóc, xét nghiệm và điều trị mà quý vị cần.

Hãy gọi tới bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng theo số **800-224-4840** hoặc **TTY 711** để tìm hiểu thêm về điều phối chăm sóc.

## CareOregon Là Ai

### Và họ phải làm gì với Medicaid?

Khi mọi người nói về Medicaid ở Oregon, quý vị có thể nghe họ nói rất nhiều tên hoặc các chữ cái khác nhau. Đó là bởi vì có nhiều tổ chức tham gia vào việc đảm bảo quý vị nhận được sự chăm sóc xứng đáng. Làm thế nào quý vị có thể hiểu được tất cả?

## Sẽ rất hữu ích khi coi Medicaid ở Oregon giống như một kim tự tháp

**Oregon Health Authority (OHA)** điều hành chương trình Medicaid cho toàn bộ tiểu bang Oregon, được gọi là Oregon Health Plan (OHP).



**Health Share of Oregon (HSO, Chia Sẻ Sức Khỏe Oregon)** điều hành chương trình Medicaid cho toàn bộ tiểu bang Oregon, được gọi là (CCO). Health Share of Oregon hoạt động dưới sự quản lý của OHA để phục vụ các thành viên OHP tại khu vực ba quận.



**CareOregon** là một trong số các nhà cung cấp bảo hiểm ở khu vực ba quận giúp Health Share CCO cung cấp dịch vụ chăm sóc. Chúng tôi cũng giúp điều phối các quyền lợi và dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho các thành viên.



**Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Chính (PCP) của quý vị** có thể là bác sĩ, y tá, trợ lý bác sĩ hoặc nhà trị liệu bằng liệu pháp thiên nhiên. Họ điều phối việc chăm sóc của quý vị với CareOregon và các thành viên nhóm y tế khác như nha sĩ, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần, dược sĩ và những người khác.



### CareOregon cung cấp các dịch vụ như thế này cho thành viên Medicaid (OHP):

- ▶ Chăm sóc sức khỏe thể chất
- ▶ Chăm sóc sức khỏe tâm thần
- ▶ Điều trị sử dụng chất gây nghiện
- ▶ Chăm sóc nha khoa
- ▶ Medicare thông qua CareOregon Advantage
- ▶ Dịch vụ chăm sóc cuối đời và chăm sóc giảm nhẹ thông qua Nhà Cung Cấp Housecall

### Quý vị cũng sẽ có thể sử dụng các dịch vụ quan trọng như:

- ▶ Điều phối chăm sóc
- ▶ Nhà thuốc
- ▶ Chăm sóc trước khi sinh và trẻ sơ sinh
- ▶ Các lựa chọn vận chuyển
- ▶ Dịch vụ phiên dịch ngôn ngữ
- ▶ Cấp cứu và chăm sóc khẩn cấp

## Những câu hỏi khác?

**Hỏi:** CareOregon có bao giờ gửi hóa đơn cho tôi không?

**Đáp:** Không. Chúng tôi sẽ không bao giờ tính phí cho quý vị đối với bất kỳ dịch vụ Medicaid/OHP nào được bao trả. Nếu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe gửi cho quý vị một hóa đơn, đừng thanh toán nó. Thay vào đó, hãy gọi ngay cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng của chúng tôi. Để biết danh sách các dịch vụ được bao trả, vui lòng xem Sổ Tay Thành Viên.

**Hỏi:** Tôi có nợ khoản đồng thanh toán khi thăm khám với nhà cung cấp của mình không?

**Đáp:** Các thành viên của chúng tôi không bị tính phí đồng thanh toán hoặc chi phí khi họ thăm khám với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính (PCP) hoặc nhà cung cấp khác trong mạng lưới của chúng tôi. Có thể có khoản đồng thanh toán tại các hiệu thuốc đối với một số đơn thuốc về sức khỏe tâm thần do tiểu bang chi trả.

Nếu văn phòng y tế yêu cầu quý vị đồng thanh toán, hãy yêu cầu nhân viên gọi cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng. Khi quý vị đặt lịch hẹn, hãy cho văn phòng biết quý vị được CareOregon chi trả.

**Hỏi:** Tôi nên làm gì nếu văn phòng của nhà cung cấp gửi hóa đơn cho tôi qua thư?

**Đáp:** Quý vị có thể không nợ bất kỳ khoản nào đối với các dịch vụ được bao trả khi quý vị là thành viên CareOregon. Hãy gọi ngay cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng CareOregon để tìm hiểu.

**Hỏi:** Tôi cần gặp một nhà cung cấp nhưng tôi chưa có thẻ ID thành viên Health Share. Tôi nên làm gì?

**Hỏi:** Gọi cho bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng. Họ sẽ sẵn lòng giúp đỡ.

**Hỏi:** Tôi bị mất thẻ ID thành viên của mình. Làm thế nào để tôi nhận được một thẻ mới?

**Đáp:** Hãy gọi tới bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng hoặc yêu cầu một thẻ mới thông qua cổng thông tin thành viên của chúng tôi tại [careoregon.org/portal](https://careoregon.org/portal)

**Hỏi:** Nếu tôi có bảo hiểm Medicare và Medicaid thì sao?

**Đáp:** Các thành viên đã đăng ký cả Medicaid và Medicare được gọi là thành viên “đủ điều kiện kép”. Các thành viên đủ điều kiện kép sẽ tự động được đăng ký vào chương trình CCO địa phương.

- OHP có thể giúp chi trả phí bảo hiểm Medicare, các khoản đồng thanh toán và những khoản khác mà Medicare không chi trả (chẳng hạn như chăm sóc nha khoa và trợ giúp đến các cuộc hẹn).
- Quý vị có thể có bảo hiểm khác thông qua chủ lao động, chương trình hưu trí và/hoặc chương trình sức khỏe cá nhân. Nếu quý vị có bảo hiểm khác, họ là người trả tiền chính cho Medicaid hoặc Medicare.

Để tìm hiểu thêm, hãy gọi cho chương trình Medicare của quý vị hoặc bộ phận Dịch Vụ Khách Hàng CareOregon để tìm hiểu xem các quyền lợi Medicare và OHP có thể phối hợp với nhau như thế nào.

# Quý vị có câu hỏi? Đây là những nơi quý vị có thể liên hệ:

## Liên hệ Oregon Health Authority:

- ▶ Để biết thông tin về việc đăng ký, bao gồm gia hạn, tình trạng đơn đăng ký của quý vị, thay đổi CCO, thay đổi tên/địa chỉ, mang thai/sinh con và thay đổi việc làm hoặc thu nhập.

Trực tuyến: [one.oregon.gov](http://one.oregon.gov)

Điện thoại: Số miễn phí 800-699-9075 | TTY 711 | 8:00 sáng đến 5:00 chiều từ Thứ Hai-Thứ Sáu

## Liên hệ Health Share of Oregon:

- ▶ Để thay thế thẻ ID thành viên bị mất hoặc bị đánh cắp.
- ▶ Để thực hiện thay đổi chương trình sức khỏe hoặc chương trình nha khoa trong Health Share.

Điện thoại: 503-416-8090 hoặc số miễn phí 888-519-3845 | TTY 711 | 8:00 sáng đến 5:00 chiều từ Thứ Hai-Thứ Sáu

Email: [info@healthshareoregon.org](mailto:info@healthshareoregon.org)

## Liên hệ CareOregon:

- ▶ Để thay đổi PCP của quý vị hoặc tìm nhà cung cấp.
- ▶ Đối với các câu hỏi về quyền lợi và khả năng đủ điều kiện của quý vị, chẳng hạn như: Bảo hiểm của tôi có đang hoạt động không? Những loại thuốc hoặc dịch vụ nào được bao trả? Tình trạng khiếu nại hoặc sự cho phép trước của tôi là gì?
- ▶ Để gửi khiếu nại. Quý vị có quyền khiếu nại nếu không hài lòng với bất kỳ phần nào trong quá trình chăm sóc của mình. Xem Sổ Tay Thành Viên hoặc gọi cho chúng tôi để biết thêm chi tiết.

Điện thoại: 503-416-4100 hoặc số điện thoại miễn cước 800-224-4840 | TTY 711 | 8:00 sáng đến 5:00 chiều từ Thứ Hai-Thứ Sáu

Email: [customerservice@careoregon.org](mailto:customerservice@careoregon.org)

Tin Nhắn Đảm Bảo: [careoregon.org/portal](http://careoregon.org/portal)

[Facebook.com/CareOregon](https://www.facebook.com/CareOregon) | [CareOregon](https://www.youtube.com/CareOregon)

## Đưa ý kiến của quý vị tới Community Advisory Board (COCAB)

Quý vị muốn nêu ý kiến trong cách chúng tôi cải thiện sức khỏe cộng đồng của mình? Hãy tham gia Community Advisory Board (Ban Cố Vấn Cộng Đồng) của chúng tôi. Truy cập [careoregon.org/COCAB](http://careoregon.org/COCAB) để tìm hiểu thêm.

Quý vị có thể nhận được lá thư này bằng các ngôn ngữ khác, chữ in lớn, chữ nổi hoặc định dạng mà quý vị mong muốn. Quý vị cũng có thể yêu cầu một thông dịch viên. Dịch vụ này là miễn phí. Hãy gọi tới 800-224-4840 hoặc TTY 711. Chúng tôi chấp nhận các cuộc gọi chuyển tiếp. Quý vị có thể nhận được sự trợ giúp từ một thông dịch viên chăm sóc sức khỏe có trình độ và có chứng nhận.

[careoregon.org](http://careoregon.org)

[healthshareoregon.org](http://healthshareoregon.org)

OHP-HSO-24-4476

HSO-25917750-VI-0305



Health Share of Oregon

CareOregon®