

# Health matters

2018 年秋

Mat Thomas—編輯 | Peggie Van—設計者

 **Health Plan**  
**OF SAN MATEO**  
Healthy is for everyone

## 本期內容

- 2 對您請求的服務有疑問?
- 2 您年近 65 歲? 您有資格加入 CareAdvantage
- 3 新會員? 與您的 PCP 首次會面
- 3 HPSM 會員可享受免費的語言翻譯服務
- 4 今年冬天保持健康 — 免費注射流感疫苗
- 4 瞭解我們的品質改進計劃
- 4 Team Health — 您、您的醫生與 HPSM

*HealthMatters* 被發佈作為 Health Plan of San Mateo (HPSM) 會員的一項社區服務。如果您對特定可能影響您的健康的內容有任何疑慮或問題，請聯絡您的醫療保健提供者。照片和插圖中可能使用模特。

 [www.hpsm.org](http://www.hpsm.org)

PRSRRT STD  
U.S. POSTAGE  
PAID  
HPSM

 **Health Plan**  
**OF SAN MATEO**  
Healthy is for everyone  
801 Gateway Blvd., Suite 100  
South San Francisco, CA 94080  
650-616-0050 • [www.hpsm.org](http://www.hpsm.org)

## 對您請求的服務有疑問？

如果有下列疑問：

- 何時審查服務請求，
- 服務請求為何被拒絕或
- 家庭成員住院，

那麼請致電 HPSM。會有代表將您連接到使用情況管理部門。因 UM 事宜致電 HPSM 會員時，HPSM 員工會說明自己的名字和職位，並聲明這是來自 HPSM 的致電。

HPSM 不會因醫生或護理督察人員拒絕提供服務或變更使用者許可權而給予獎勵。HPSM 現在不會，將來也不會鼓勵員工拒絕或不充分履行承保責任或服務。使用情況管理部門的決策嚴格基於醫療需求、護理狀況和 HPSM 資格。

**Medi-Cal、HealthWorx 與 Healthy Kids 會員及 ACE 參與者：致電會員服務部門**  
**1-800-750-4776** 或  
**650-616-2133**

TTY: **1-800-735-2929** 或撥打 **7-1-1**  
服務時間為週一至週五的  
上午 8:00 至下午 6:00。

**CareAdvantage 會員：致電**  
**CareAdvantage 部門**

**1-866-880-0606** 或 **650-616-2174**

服務時間為週一至週日的

上午 8:00 至晚上 8:00。

下班後，會員可透過 HPSM 的接聽  
電話服務留言或發送電子郵件至

**[CustomerSupport@hpsm.org](mailto:CustomerSupport@hpsm.org)**



## 您年近 65 歲？您有資格加入 CareAdvantage

將您的所有 Medicare 與 Medi-Cal 福利融入一個醫療保健計劃豈不是很好？如果您年滿 65 或更老，並居住在聖馬刁縣，便可以實現 — 透過加入 HPSM 的 CareAdvantage Cal MediConnect Plan (Medicare-Medicaid Plan)。

CareAdvantage 讓您更容易地充分利用您的醫療保健。例如，只需攜帶一張 I.D. 卡，只需撥打一個電話號碼。另外，CareAdvantage 指導員協助您確定需要什麼服務以及看哪個醫生。您還可以獲得 Medicare 與 Medi-Cal 所不提供的額外福利，如：

- 一個網路，其中有 5,000 多名醫療保健提供者可供選擇
- 醫療及住院服務無共付金
- 處方藥無共付金或共付金很低
- 每兩年 \$100 的眼鏡補助
- 更多資訊

✉ 及瞭解 CareAdvantage 的更多資訊，包括如何加入，請造訪 [www.hpsm.org/enroll](http://www.hpsm.org/enroll)

## 新會員?與您的 PCP 首次會面

想要讓您的新醫療保健計劃有一個良好的開端?然後在成為 HPSM 會員後兩個月內,致電您的主治醫生 (PCP) 進行新患者就診。您不必有任何健康問題就可以進行新患者就診。利用此首次就診的機會,與您的保健提供者討論您對您健康的任何擔憂。

在首次就診後,確保至少每年看一次您的 PCP。定期進行健康檢查與檢測有助於儘早發現問題。這使您的 PCP 提供的定期預防護理訪問成為保持健康的最佳方法之一。

需要幫助來選擇 PCP?

致電 HPSM 會員服務部 (免費)

1-800-750-4776 或 650-616-2133

服務時間為週一至週五

上午 8:00 至下午 6:00。

TTY: 1-800-735-2929 或撥打 7-1-1

如果您沒有在 30 天內選擇 PCP, HPSM 會自動為您指派一個 PCP。然後您會收到一張新的 HPSM ID 卡,上面帶有您的新 PCP 的名稱。

## HPSM 會員可享受免費的語言翻譯服務

如果您的醫生不講您的語言,您可以獲得免費的譯員,讓您與醫生可以相互溝通。我們為所有常規就診提供電話譯員。我們所有的材料還有英文、西班牙文、中文與菲律賓文版本。

如需口譯服務:

- Medi-Cal、Healthy Kids 與 HealthWorx 會員:致電 1-800-750-4776
- CareAdvantage 會員:致電 1-866-880-0606

### 讓家人與朋友休息一下 — 使用口譯員

讓 HPSM 口譯員而不是家人 (如孩子) 或朋友為您翻譯的效果更好。

### HPSM 口譯員

- 可以將複雜的健康資訊從您的醫生的語言翻譯成您的語言,讓您可以理解該資訊。
- 可以翻譯您所說的內容,使您的醫生完全瞭解您的症狀和健康問題
- 在法律上有義務保護您的隱私

### 家人與朋友

- 可能無法理解並清楚地告訴您醫生所說的內容
- 可能無法向您的醫生清楚描述您的健康問題與擔憂
- 在聽到和談論您的私人健康問題時可能會感到不舒服



### 您耳聾或有聽力障礙?

您可以請美國手語 (ASL) 譯員免費陪同您去看醫生。要安排 ASL 譯員,只需至少在看醫生前五天致電 1-800-735-2929。

## 今年冬天保持健康 — 免費注射流感疫苗

流感季來了，注射流感疫苗，避免生病。所有 HPSM 會員可免費注射流感疫苗。您可以去看您的醫生或其當地藥房注射流感疫苗。請務必攜帶您的 HPSM 會員 ID。

### 注射流感疫苗的 3 個理由

**1** 美國疾病控制和預防中心的研究表明，流感疫苗可以將患流感的風險降低 40% 至 60%



**2** 如果沒有患流感，您就不會誤工 — 或錯過週末樂趣

**3** 如果沒有患流感，您就不會將其傳播給其他人 — 例如您的孩子，使他不缺課

## 瞭解我們的品質改進計劃

我們希望您保持健康。我們的品質改進團隊確保 HPSM 提供優質護理與服務，使您實現健康目標。您可以在 HPSM 網站 ([hpsm.org](http://hpsm.org)) 上閱讀品質計劃的內容。您也可以要求我們向您發送有關品質計劃的資訊。只需發送電子郵件至 [healtheducationrequest@hpsm.org](mailto:healtheducationrequest@hpsm.org) 或致電 650-616-2165。

## Team Health — 您、您的醫生與 HPSM

想要幫助實現您的健康目標？加入 HPSM 的護理管理計劃。這項免費服務讓您、您的醫生與 HPSM 在同一計劃下工作。這為您實現健康目標提供了所需的關注與支援。

### HPSM 的護理管理計劃如何運作

當您加入護理管理計劃時，您將被分配一個 HPSM 案例經理。然後他們打電話給您：

- 幫助您解決阻礙您實現目標的問題
- 教您健康問題和自我保健方面的知識
- 將您連接到可以提供幫助的資源
- 鼓勵您遵守治療計劃
- 在您面臨複雜的醫療條件或重大事件時，為您和您的家人提供支援

您的個案經理還會與您的醫生討論，以獲得他們的想法和意見。您和您的醫生可以接受或拒絕個案經理提出的任何建議。

任何 HPSM 會員都可以加入 HPSM 的護理管理計劃。家人和授權代表也可以將他們照顧的成員轉介至該計劃。如需瞭解更多資訊，請在週一至週五上午 8:00 至下午 5:00 致電 650-616-2060 (TTY 使用者：致電 1-800-735-2929 或撥打 7-1-1)