



L.A. Care
Medicare Plus[™]
(HMO D-SNP)

2026

Hướng Dẫn Hội Viên Thường Niên



Mục Lục

Thông điệp từ L.A. Care Medicare Plus	2
Hướng Dẫn về Nguồn Lực Hỗ Trợ cho Hội Viên	4
• Các Câu Hỏi Thường Gặp (FAQ)	5
Biết Các Lựa Chọn Chăm Sóc của Quý Vị	9
Chuẩn bị trước khi đến buổi thăm khám với Bác Sĩ.	10
Những Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi và Dịch Vụ	12
• Tóm Lược về Nhà Cung Cấp Phụ Trợ	12
• Chăm Cứu và Trị Liệu Thần Kinh Cột Sống (Không được Medicare đài thọ)	13
• Dịch Vụ Nha Khoa	13
• Thiết Bị Y Tế Lâu Bền	14
• Tư Cách Hội Viên Phòng Tập	15
• Dịch Vụ Thính Giác	15
• Chủng ngừa	16
• Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần	16
• Đường Dây Y Tá Tư Vấn	16
• Khoản Trợ Cấp Thẻ Trả Trước Quyền Lợi	17
• Hệ Thống Đáp Ứng Khẩn Cấp Cá Nhân	18
• Dịch Vụ Điều Trị Bệnh Về Chân (Định Kỳ)	18
• Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa – Medicare Phần D	19
• Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa – Medi-Cal RX	20
• Trợ giúp với một số bệnh trạng mãn tính - Quyền Lợi Bổ Sung Đặc Biệt cho Người Mắc Bệnh Mãn Tính Ill (SSBCI) ..	20
• Y Tế Từ Xa	22
• Dịch Vụ Chuyên Chở	22
• Dịch Vụ Nhãn Khoa	23
• Bảo Hiểm Trường Hợp Cấp Cứu/Khẩn Cấp Toàn Thế Giới ..	23
• Trang mạng	23
Cách Truy Cập Tài Liệu của Hội Viên	24
Thông Báo về Các Biện Pháp Thực Hành Bảo Vệ Quyền Riêng Tư	26
Thông Báo về Không Phân Biệt Đối Xử	34
Thông Báo về Tình Trạng Sẵn Có	37





Kính gửi Hội Viên,

Chào mừng quý vị đến với L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP)!

Chúng tôi rất vui khi quý vị tham gia vào gia đình chăm sóc sức khỏe của chúng tôi. Bộ Tài Liệu Chào Mừng Hội Viên Mới của quý vị có thông tin quan trọng về các quyền lợi chương trình của quý vị, cách tìm bác sĩ và danh sách các loại thuốc chúng tôi đài thọ. Vui lòng đọc kỹ bộ tài liệu và cất ở một nơi an toàn.

Quyền Lợi của Quý Vị

Với tư cách là hội viên của L.A. Care Medicare Plus, quý vị nhận được tất cả các dịch vụ của Medicare và Medi-Cal miễn phí, cùng với các quyền lợi bổ sung để hỗ trợ sức khỏe và sự khỏe mạnh của mình. Chúng tôi đảm bảo các quyền lợi của quý vị phối hợp với nhau một cách nhịp nhàng. Sau đây là bản tóm tắt những gì quý vị sẽ nhận được. Để biết thêm chi tiết, vui lòng tham khảo Cẩm Nang Hội Viên.

Sau đây là một số quyền lợi chính mà quý vị có thể mong đợi:

- **Thuốc Theo Toa:**

- Bậc 1: \$0 Tiền đồng trả
- Bậc 2-5: \$0 - \$12.65 hay 25% tiền đồng bảo hiểm

Tiền đồng trả/tiền đồng bảo hiểm của quý vị phụ thuộc vào số tiền của chương trình Extra Help mà quý vị nhận được.

- **Khoản Trợ Cấp Hàng Tháng:** Quý vị sẽ nhận được khoản trợ cấp hàng tháng \$110, được nạp sẵn vào Thẻ Trả Trước Quyền Lợi Mastercard® của mình để mua các vật dụng Mua Không Cần (Toa Over-the-Counter, OTC) được chấp thuận. Quý vị có thể mua tại cửa hàng của nhà bán lẻ tham gia, mua trực tuyến tại **lacare.nationsbenefits.com**, qua điện thoại theo số **1.833.571.7587** (TTY: **711**) hoặc qua ứng dụng MyBenefits. Hội viên đủ tiêu chuẩn tham gia chương trình Quyền Lợi Bổ Sung Đặc Biệt cho Chứng Bệnh Mạn Tính (Special Supplemental Benefits for the Chronically Ill, SSBCI) có thể sử dụng khoản trợ cấp hàng tháng của mình để chi trả chi phí mua thực phẩm lành mạnh, hóa đơn tiện ích và xăng xe tại máy bơm xăng. Để tìm hiểu thêm về cách đủ tiêu chuẩn tham gia SSBCI, vui lòng liên hệ với Ban Dịch Vụ Hội Viên hoặc xem Cẩm Nang Hội Viên.
- **Chăm Sóc Nha Khoa:** Chúng tôi đài thọ các dịch vụ nha khoa, bao gồm làm sạch răng, trám răng, làm răng giả, khám răng miệng, điều trị bằng florua và chụp quang tuyến X. Một số dịch vụ được đài thọ khi thuộc quá trình điều trị một tình trạng y tế chính, như tái tạo hàm sau thương tích hoặc nhổ răng trước khi điều trị ung thư. Các dịch vụ bổ sung được cung cấp thông qua Chương Trình Nha Khoa Medi-Cal (Medi-Cal Dental Program).
- **Chăm Sóc Nhãn Khoa:** Chúng tôi trả cho các dịch vụ chăm sóc mắt định kỳ khi được cung cấp thông qua mạng lưới các nhà cung cấp thuộc Chương Trình Bảo Hiểm Dịch Vụ Nhãn Khoa (Vision Service Plan, VPS) của chúng tôi. Các quyền lợi định kỳ bao gồm một lần khám mắt mỗi năm lịch và tối đa \$500 cho cặp kính mắt (chỉ gọng kính) hoặc kính áp tròng mỗi hai năm lịch một lần. Các loại tròng kính Theo Toa cơ bản, chẳng hạn như tròng kính thủy tinh hoặc nhựa, tròng kính đơn, tròng kính hai tròng, tròng kính ba tròng hoặc tròng kính dạng thấu kính được đài thọ mỗi hai năm một lần. Vui lòng truy cập danh mục nhà cung cấp dịch vụ của chúng tôi để tìm một bác sĩ gần quý vị.

Dịch Vụ Hỗ Trợ 24/7

Quý vị có thể được trợ giúp bất cứ lúc nào, ngày hoặc đêm, kể cả ngày lễ. Mọi cuộc gọi đều miễn phí. Đây là những gì quý vị có thể tiếp cận 24/7:

- **Ban Dịch Vụ Hội Viên:** Để giải đáp mọi thắc mắc hoặc đáp ứng sự hỗ trợ quý vị cần.
- **Đường Dây Y Tá Tư Vấn:** Nói chuyện với y tá về những mối quan ngại về sức khỏe của quý vị.
- **Tư Vấn Y Tế Từ Xa:** Nói chuyện với bác sĩ qua điện thoại hoặc video mà không cần rời khỏi nhà.

Trên hết, khi quý vị thăm khám với bác sĩ hoặc đến bệnh viện, quý vị sẽ không mất phí nếu nhà cung cấp dịch vụ đó thuộc mạng lưới của chúng tôi.

Bắt Đầu

Để bắt đầu, quý vị hãy hoàn thành bản Đánh Giá Rủi Ro Sức Khỏe (Health Risk Assessment, HRA). Điều này giúp chúng tôi có thể tạo một chương trình được cá nhân hóa dành riêng cho quý vị. Nhân viên quản lý việc chăm sóc sẽ làm việc cùng với quý vị để đưa ra các mục tiêu và đề xuất dịch vụ đáp ứng được nhu cầu của quý vị. Hãy gọi cho chúng tôi ngay để hoàn thành đánh giá của quý vị và thực hiện bước đầu hướng đến mục tiêu sức khỏe tốt hơn.

Những Nguồn Hỗ Trợ Khác

Tận Dụng Tối Đa L.A. Care Medicare Plus bằng cách khám phá các nguồn lực hỗ trợ khác sau:

- **Hỗ Trợ Nhu Cầu Xã Hội:** Liên Kết Cộng Đồng L.A. Care sẽ kết nối quý vị với các cơ quan cộng đồng để được hỗ trợ nhà ở, thực phẩm, hóa đơn, v.v. Hãy truy cập **communitylink.lacare.org** hoặc gọi cho ban Dịch Vụ Hội Viên để tìm hiểu thêm.
- **Trung Tâm Nguồn Lực Hỗ Trợ Cộng Đồng:** Những trung tâm này cung cấp các dịch vụ hỗ trợ, thực phẩm và nhiều nguồn lực hỗ trợ khác để tăng cường sức khỏe và sự khỏe mạnh về thể chất-tinh thần của quý vị. Hãy đặt lịch hẹn bằng cách gọi số **1.877.287.6290** hoặc truy cập **CommunityResourceCenterLA.org**.

Để biết thêm thông tin và để truy cập tài liệu chương trình, hãy truy cập **medicare.lacare.org** hoặc gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.833.522.3767**, TTY: **711**, 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ. Một đại diện sẵn sàng hỗ trợ quý vị.

Chúng tôi có gửi kèm thẻ nam châm gắn tủ lạnh “How to Access Care” (Cách Tiếp Cận Dịch Vụ Chăm Sóc). Đó là những thông tin hữu ích mà quý vị có thể gắn trên tủ lạnh. Trên đó, quý vị sẽ tìm thấy những số điện thoại quan trọng mà quý vị có thể gọi để đặt lịch hẹn với bác sĩ, tìm dịch vụ chuyên chở và tiếp cận quyền lợi, dịch vụ và sự hỗ trợ cho những nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị. Nếu quý vị cần hỗ trợ, hãy gọi cho ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.833.522.3767** (TTY: **711**), phục vụ 24/7, kể cả ngày lễ. Cuộc gọi này được miễn cước.

Cảm ơn quý vị đã chọn L.A. Care Medicare Plus làm chương trình chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Trân trọng,
L.A. Care Medicare Plus

Lưu ý: Các định dạng khác của tài liệu này, chẳng hạn như bản in cỡ chữ lớn, chữ nổi Braille và dạng âm thanh đều có sẵn miễn phí. Gọi số **1.833.522.3767** (TTY: **711**), 24/7, kể cả ngày lễ.



L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Hướng Dẫn về Nguồn Lực Hỗ Trợ cho Hội Viên



Vui lòng sử dụng hướng dẫn này để hiểu quyền lợi chương trình của quý vị.

Quý vị có thắc mắc hay cần được hỗ trợ không?

Xin nhớ rằng quý vị chỉ cần gọi cho chúng tôi. Đội ngũ ban Dịch Vụ Hội Viên của chúng tôi luôn trực 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, để hỗ trợ tất cả nhu cầu chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Gọi cho chúng tôi theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**)

Quý vị là Hội Viên Mới hay Quay Trở Lại? Tận Dụng Tối Đa Chương Trình Của Quý vị – Xem Video Hướng Dẫn Hội Viên

Với tư cách là hội viên, quý vị được mời xem video Hướng Dẫn Hội Viên trực tuyến của chúng tôi tại [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org). Video này giúp quý vị dễ dàng để tìm hiểu về các quyền lợi của chương trình và các dịch vụ hữu ích dành cho quý vị.

Quý vị có thể xem toàn bộ video hoặc chuyển đến phần quý vị quan tâm nhất — chẳng hạn như thuốc không cần toa (OTC), thể dục, nha khoa, nhãn khoa hoặc dịch vụ chuyên chở. Đây là cách đơn giản để hiểu rõ chương trình của quý vị và tự tin sử dụng các quyền lợi.

Các Câu Hỏi Thường Gặp

Khi nào tôi cần đi khám Bác Sĩ Chăm Sóc Chính của tôi?

Đối với mọi quan ngại về sức khỏe, hãy đi khám với Bác Sĩ Chăm Sóc Chính (Primary Care Physician, PCP) của quý vị trước. PCP của quý vị là người đầu tiên mà quý vị cần đến thăm khám khi cần được chăm sóc sức khỏe. PCP của quý vị sẽ đảm bảo rằng quý vị nhận được dịch vụ chăm sóc phù hợp, đúng nơi và đúng lúc. PCP của quý vị sẽ cấp giấy giới thiệu nếu quý vị cần chăm sóc hoặc dịch vụ chuyên khoa.

Tôi có nhận được thẻ Nhận Diện (Identification, ID) của L.A. Care Medicare Plus không?

Quý vị sẽ nhận được thẻ ID của L.A. Care Medicare Plus. Vui lòng giữ thẻ này ở nơi an toàn cho đến ngày 1 tháng Một, năm 2025. Bắt đầu từ ngày 1 tháng Một, năm 2025, quý vị có thể bắt đầu dùng thẻ ID L.A. Care Medicare Plus của mình. Vui lòng nhớ mang theo Thẻ ID Hội Viên L.A. Care Medicare Plus và Thẻ Nhận Diện Quyền Lợi (Benefit Identification Card, BIC) Medi-Cal khi quý vị lấy thêm thuốc và tiếp cận các dịch vụ y tế.

Tôi có thể thay đổi Bác Sĩ Chăm Sóc Chính của mình như nào?

Hội viên của L.A. Care Medicare Plus có quyền lựa chọn hàng loạt các bác sĩ trong mạng lưới. Nếu quý vị không hài lòng với PCP của quý vị, quý vị có thể thay đổi PCP của quý vị bất cứ lúc nào. PCP mới của quý vị sẽ bắt đầu có hiệu lực công tác vào ngày đầu tiên của tháng sau. Quý vị sẽ nhận được thẻ ID mới trong hộp thư cho biết tên của bác sĩ mới của quý vị. Để chọn PCP mới, quý vị có thể

- Gọi **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**), HOẶC
- Hoặc để thuận tiện cho quý vị, quý vị cũng có thể truy cập cổng thông tin hội viên tự phục vụ tại **members.lacare.org** để tìm và chọn PCP của quý vị. Vui lòng tham khảo hướng dẫn đăng ký ở cuối trang web để biết hướng dẫn từng bước cho việc tạo tài khoản.

Với tư cách là một hội viên của L.A. Care Medicare Plus, quý vị sẽ được ghi danh cùng L.A. Care cho cả hai Chương Trình Medicare và Medi-Cal. Quý vị sẽ được chỉ định một PCP thuộc Medicare làm bác sĩ chính của quý vị, đây là người sẽ điều phối các dịch vụ từ cả Medicare và Medi-Cal, quý vị sẽ không được chỉ định một bác sĩ chính từ Medi-Cal. Quý vị có thể thay đổi PCP bất cứ lúc nào.

Nhóm Y Tế là gì?

Nhóm y tế là tổ chức hợp tác của các PCP và các bác sĩ chuyên khoa, được thành lập để cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe có phối hợp.

Các PCP của chương trình chúng tôi được liên kết với các nhóm y tế. Khi quý vị chọn PCP của mình, quý vị đồng thời cũng đang chọn nhóm y tế liên kết. Điều này có nghĩa là PCP của quý vị sẽ giới thiệu quý vị đến các bác sĩ chuyên khoa và dịch vụ liên kết với nhóm y tế của họ. Sự chăm sóc sức khỏe của quý vị phải do các nhà cung cấp dịch vụ trong luồng có liên kết với nhóm y tế bên bác sĩ PCP của quý vị cung cấp. Thông thường thì chúng tôi sẽ không đài thọ cho dịch vụ chăm sóc từ một nhà cung cấp dịch vụ không làm việc cùng với chương trình bảo hiểm sức khỏe của chúng tôi và nhóm y tế của PCP của quý vị.

Tôi nên chuẩn bị như thế nào cho những cuộc hẹn thăm khám với bác sĩ?

Chuẩn bị cho cuộc hẹn thăm khám với bác sĩ của quý vị là việc quan trọng. Quý vị có thể tận dụng thời gian với bác sĩ của quý vị bằng việc chủ động trong việc chăm sóc sức khỏe cho mình và đưa ra những câu hỏi.

Những hướng dẫn chuẩn bị cho buổi thăm khám sắp tới với bác sĩ của quý vị:

- Viết ra những câu hỏi của quý vị
- Hãy mang thẻ ID hội viên của L.A. Care Medicare Plus, Thẻ Nhận Diện Quyền Lợi (BIC) Medi-Cal và ID có ảnh của quý vị
- Mang theo danh sách các loại thuốc quý vị đang dùng, và viết ra mức độ thường



xuyên và thời gian mà quý vị dùng đối với mỗi loại thuốc

- Đảm bảo quý vị có thông tin liên lạc của bác sĩ mà có thể liên lạc được
- Sau mỗi buổi thăm khám, hãy chắc chắn là quý vị hiểu được việc quý vị cần làm.
- Tìm hiểu bác sĩ của quý vị và đừng ngại đưa ra những câu hỏi. Khi về đến nhà và nếu quý vị còn điều gì thắc mắc, quý vị hãy gọi cho văn phòng bác sĩ và xin được nói chuyện với một người nào đó có thể giúp quý vị.

Khi nào tôi cần đi đến phòng cấp cứu? Chăm Sóc Cấp Cứu

Tình trạng cấp cứu y tế là tình trạng y tế có những triệu chứng như đau dữ dội hoặc bị thương trầm trọng. Nếu tình trạng nghiêm trọng đến mức nếu không được chăm sóc y tế ngay lập tức thì quý vị cho rằng tình trạng này sẽ:

- Nguy cơ nghiêm trọng cho sức khỏe
- Gây hại cho các chức năng của cơ thể
- Gây rối loạn chức năng nghiêm trọng từ bất kỳ chứng rối loạn chức năng cơ quan nội tạng trên cơ thể nào, hoặc
- Khi quý vị đang chuyển dạ và không có đủ thời gian để di chuyển quý vị một cách an toàn đến bệnh viện trước khi sinh con

Gọi số **911** hoặc đến phòng cấp cứu gần nhất nếu quý vị rơi vào trường hợp cấp cứu y tế. Nếu quý vị không chắc rằng mình có dịch vụ cấp cứu y tế hay không, hãy gọi Đường Dây Y Tá Tư Vấn theo số **1.800.249.3619** (TTY: **711**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

Khi nào tôi cần đến dịch vụ chăm sóc khẩn cấp?

Hãy đến một trung tâm chăm sóc khẩn cấp nếu tình trạng của quý vị không nghiêm trọng, nhưng vẫn cần được chăm sóc ngay. Chăm sóc khẩn cấp giúp phòng ngừa tình trạng của quý vị trở nên nặng hơn. Nếu quý

vị không biết liệu mình có cần chăm sóc khẩn cấp hay không, hãy gọi **Đường Dây Tư Vấn Y Tá** theo số **1.800.249.3619** (TTY: **711**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ. Họ cũng có thể giúp quý vị tìm trung tâm chăm sóc khẩn cấp gần nhất.

Làm thế nào để tôi tìm được dịch vụ chăm sóc khẩn cấp gần tôi?

Để tìm trung tâm Chăm Sóc Khẩn Cấp gần quý vị, vui lòng gọi **1.844.346.3874** (**1.844.FIND.URG**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

Quý vị không cần được PCP giới thiệu khi quý vị cần được chăm sóc cấp cứu, chăm sóc khẩn cấp.

Tôi phải làm gì nếu tôi nhận được hóa đơn cho các dịch vụ được đài thọ?

Quý vị thường sẽ không nhận hóa đơn cho bất kỳ dịch vụ nào được đài thọ. Nếu quý vị nhận được hóa đơn, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care Medicare Plus theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

Nếu tôi không hài lòng với việc chăm sóc hoặc dịch vụ mà tôi nhận được thì sao?

Chúng tôi rất quan tâm đến quý vị và muốn đảm bảo rằng quý vị hài lòng với dịch vụ chăm sóc sức khỏe mà mình nhận được. Nếu quý vị có cảm thấy không hài lòng hoặc lo lắng về dịch vụ hoặc chăm sóc nhận được, quý vị có thể gọi cho ban Dịch Vụ Hội Viên và cho chúng tôi biết bằng cách nộp đơn khiếu nại. Chúng tôi sẽ ghi chép lại mọi thông tin quý vị cung cấp và xem xét vấn đề một cách nghiêm túc. Phản hồi của quý vị là vô cùng quan trọng và chúng tôi sẽ cố gắng khắc phục mọi vấn đề một cách nhanh nhất có thể. Quý vị có thể khiếu nại về chúng tôi, bệnh viện hoặc mọi bác sĩ khác, ngay cả khi họ không nằm trong mạng lưới chương trình của chúng tôi. Chúng tôi sẵn sàng lắng nghe và làm cho mọi thứ được phù hợp với quý vị

Tôi cần nộp đơn khiếu nại như thế nào?

Viết thư, đi đến hoặc gọi cho L.A. Care Medicare Plus.

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017
1.833.LAC.DSNP
(1.833.522.3767) (TTY: 711)

Quý vị cũng có thể nộp đơn khiếu nại trực tuyến tại **lacare.org**.

Chấp Thuận Trước/Giấy Giới Thiệu là gì?

Chấp thuận trước: Là quyết định chấp thuận mà quý vị phải nhận được từ chúng tôi trước khi nhận một dịch vụ hoặc thuốc cụ thể hay sử dụng một nhà cung cấp dịch vụ ngoài mạng lưới.

Chương trình của chúng tôi có thể không đòi hỏi cho dịch vụ hoặc thuốc nếu quý vị không được chấp thuận trước.

Chương trình của chúng tôi đòi hỏi một số dịch vụ y tế trong mạng lưới chỉ khi bác sĩ của quý vị hoặc nhà cung cấp dịch vụ trong mạng lưới khác nhận được chấp thuận trước từ chúng tôi.

- Dịch vụ được đòi hỏi cần được chúng tôi chấp thuận trước đều được đánh dấu trong Chương 4 của Cẩm Nang Hội Viên của chúng tôi.

Chương trình của chúng tôi đòi hỏi cho một số loại thuốc chỉ khi quý vị được chúng tôi chấp thuận trước.

Các loại thuốc được đòi hỏi cần có chấp thuận trước của chương trình được đánh dấu trong Danh Sách Thuốc Được Đòi Hỏi (Danh Mục Thuốc).

Giấy giới thiệu: Giấy giới thiệu là sự chấp thuận của bác sĩ gia đình (primary care provider, PCP) để sử dụng một nhà cung cấp dịch vụ khác, không phải PCP của quý vị. Nếu quý vị không được chấp thuận trước,

chúng tôi có thể sẽ không đòi hỏi cho dịch vụ này. Quý vị không cần giấy giới thiệu để thăm khám với một số bác sĩ chuyên khoa, như bác sĩ chuyên khoa sức khỏe phụ nữ. Quý vị có thể tìm thêm thông tin về giấy giới thiệu ở Chương 3 và 4 trong Cẩm Nang Hội Viên của quý vị.

Yêu Cầu Chấp Thuận Dịch Vụ là gì và cách để Gửi yêu cầu này là gì?

Đối với các dịch vụ cần được Chấp Thuận Trước, bác sĩ của quý vị có thể gửi yêu cầu Chấp Thuận thay mặt cho quý vị. Hoặc, đội ngũ ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care có thể hỗ trợ quý vị gửi một Yêu Cầu Chấp Thuận Dịch Vụ (Service Authorization Request, SAR). SAR có thể được gửi cho Nhóm Y Tế của quý vị hoặc đội ngũ ban Dịch Vụ Sức Khỏe của L.A. Care để xin chấp thuận. Gọi **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: 711) để được hỗ trợ.

Yêu cầu xin bồi hoàn phải được gửi qua đường bưu điện đến đâu?

Vui lòng gửi yêu cầu xin bồi hoàn đến địa chỉ được in ở mặt sau thẻ ID hội viên L.A. Care Medicare Plus của quý vị.

Đánh Giá Rủi Ro Sức Khỏe (Health Risk Assessment, HRA) là gì?

Quý vị hãy chuẩn bị nhận cuộc gọi từ người đại diện L.A. Care! Họ sẽ gọi cho quý vị sau 45 ngày đầu tiên kể từ khi quý vị tham gia vào chương trình của chúng tôi để thực hiện Đánh Giá Rủi Ro Sức Khỏe (HRA). Quý vị cũng có thể tìm thấy mẫu HRA trong Gói Chào Mừng Hội Viên Mới của quý vị. Quý vị chỉ cần điền mẫu này và gửi lại cho chúng tôi. HRA là một tập hợp các câu hỏi được thiết kế để tìm hiểu thêm về nhu cầu sức khỏe của quý vị. Đánh giá này giúp chúng tôi lên kế hoạch chăm sóc cho quý vị tốt hơn. Chúng tôi thực hiện kiểm tra đánh giá này hàng năm để giúp cho quý vị được khỏe mạnh. Nếu muốn, quý vị có thể gọi cho chúng tôi theo số **1.844.522.3767** để thực



hiện HRA qua điện thoại. Chúng tôi luôn sẵn sàng giúp đỡ quý vị. Sức khỏe của quý vị quan trọng với chúng tôi, vậy nên quý vị đừng quên thực hiện HRA!

Trung Tâm Nguồn Lực Hỗ Trợ Cộng Đồng (Community Resource Centers, CRC) của L.A. Care

Trung tâm hỗ trợ của chúng tôi luôn mở cửa chào đón các hội viên và công chúng. Tiếp cận với nhiều nguồn lực chăm sóc sức khỏe và cộng đồng bao gồm:

- **Dịch Vụ Hội Viên và Điều Hướng** – Tìm kiếm sự giúp đỡ để nhận các dịch vụ chăm sóc chất lượng và giải quyết mọi thách thức để nhận dịch vụ chăm sóc mà quý vị cần.
- **Kiểm Soát các Tình Trạng Mạn Tính** – Tham gia các chương trình phòng ngừa bệnh tiểu đường của chúng tôi. Tìm hiểu về chế độ ăn uống lành mạnh và tầm quan trọng của hoạt động thể chất thường xuyên cùng với huấn luyện viên lối sống được đào tạo có chuyên môn.
- **Công Nghệ Sức Khỏe** – Tiếp cận các công cụ nguồn lực sức khỏe điện tử như cổng thông tin và ứng dụng sức khỏe để quản lý và cải thiện tình trạng sức khỏe. Trung Tâm sẽ cung cấp hỗ trợ tìm hiểu cách sử dụng các công cụ này.
- **Quản Lý Việc Chăm Sóc** – Tận dụng tối đa các quyền lợi chăm sóc sức khỏe bằng cách làm việc với một Nhân Viên Quản Lý Việc Chăm Sóc. Nhân Viên Quản Lý Việc Chăm Sóc có thể giúp hội viên tổ chức và xây dựng một chương trình chăm sóc cho họ.
- **Liên Kết Cộng Đồng** – Sử dụng nền tảng Liên Kết Cộng Đồng L.A. Care để nhận hỗ trợ dịch vụ xã hội về nhà ở, thực phẩm, hóa đơn và các lớp học trực tiếp về sức khỏe và sự khỏe mạnh.

Đội ngũ nhân viên thân thiện của chúng tôi cam kết kiến tạo nên một không gian an toàn, ấm áp và chào đón. Chúng tôi sẵn sàng giúp

đỡ mọi người trong cộng đồng, cho dù đó là lớp học khiêu vũ đầu tiên của quý vị hay quý vị cần trợ giúp về chăm sóc sức khỏe. Hãy ghé qua và trải nghiệm các lớp học và dịch vụ tuyệt vời của chúng tôi - tất cả đều miễn phí!

Hãy truy cập trực tuyến trang mạng của chúng tôi để xem các địa điểm mà quý vị có thể tiếp cận:

communityresourcecenterla.org

L.A. Care Connect – Cổng Thông Tin Hội Viên Của Quý Vị

Cổng thông tin hội viên độc quyền của quý vị, L.A. Care Connect, là nơi quý vị có thể:

- Xem tính hội đủ điều kiện và quyền lợi của mình
- Yêu cầu, xem và/hoặc in thẻ ID của mình
- Thay đổi Bác Sĩ hoặc Nhóm Y Tế của mình
- Quản lý thuốc, xem lịch sử dùng thuốc của mình, tìm nhà thuốc và tiếp cận với mọi quyền lợi Nhà Thuốc khác
- Điền bản Đánh Giá Nguy Cơ Về Sức Khỏe của quý vị
- Tiếp cận các nguồn lực về Giáo Dục Sức Khỏe
- Và nhiều quyền lợi khác!

Thiết lập tài khoản cá nhân trên cổng thông tin hội viên L.A. Care của quý vị tại: **members.lacare.org** Vui lòng tham khảo hướng dẫn đăng ký ở cuối trang web để biết hướng dẫn từng bước cho việc tạo tài khoản.

Ghi Danh Liên Kết Độc Quyền là gì?

Với tư cách là một hội viên của L.A. Care Medicare Plus, quý vị sẽ được ghi danh cùng L.A. Care cho cả hai Chương Trình Medicare và Medi-Cal. Bằng cách liên kết cả ghi danh Medicare lẫn Medi-Cal của quý vị với L.A. Care, chúng tôi sẽ có khả năng điều phối dịch vụ chăm sóc của quý vị tốt hơn. Khi quý vị ghi danh cùng L.A. Care Medicare Plus, chương trình Medi-Cal của quý vị sẽ tự động chuyển thành L.A. Care nếu vào thời điểm đó quý vị chưa phải là hội viên của L.A. Care để tham gia Medi-Cal.

Nhân Viên Quản Lý Việc Chăm Sóc là ai?

Nhân Viên Quản Lý Việc Chăm Sóc là người cộng tác chính với quý vị, với chương trình bảo hiểm sức khỏe, và với các nhà cung cấp của quý vị để bảo đảm quý vị có được sự chăm sóc khi cần. Nếu quý vị không biết ai là Nhân Viên Quản Lý Việc Chăm Sóc được chỉ định cho mình, hãy gọi cho chúng tôi theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**) để được hỗ trợ.

Biết các lựa chọn chăm sóc của quý vị

Quét Mã QR ở bên phải hoặc truy cập www.lacare.org/members/getting-care để biết thêm thông tin.



Loại dịch vụ chăm sóc	Ví dụ về các Triệu Chứng và Dịch Vụ	Cách Tiếp Cận	Thời Gian Chờ Ước Tính*
 Đường Dây Y Tá Tư Vấn (điện thoại)	❖ Lời khuyên để tự chăm sóc ❖ Câu hỏi chung về sức khỏe ❖ Chọn nơi và thời gian nhận dịch vụ chăm sóc	❖ Gọi số 1.800.249.3619 (TTY 711)	Sẵn sàng phục vụ 24/7, gồm cả ngày nghỉ lễ
 Y Tế Từ Xa (trực tuyến/điện thoại)	❖ Các tình trạng không đe dọa đến tính mạng như cảm lạnh, cúm, sốt hoặc phát ban	❖ Gọi số 1.800.Teladoc (1.800.835.2362) hoặc truy cập teladoc.com/lacare để thiết lập tài khoản của quý vị	Sẵn sàng phục vụ 24/7, gồm cả ngày nghỉ lễ
 Bác Sĩ Gia Đình (PCP) – Chăm Sóc Định Kỳ	❖ Khám sức khỏe định kỳ, tiêm chủng, điều trị và thuốc theo toa ❖ Tình trạng hoặc chứng bệnh dài hạn như tiểu đường ❖ Lưu ý: PCP của quý vị có thể giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa.	❖ Gọi số điện thoại của PCP trên thẻ ID của quý vị ❖ Để chọn PCP khác, hãy gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care theo số 1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711) hoặc truy cập members.lacare.org (cổng thông tin hội viên) hoặc đến Trung Tâm Nguồn Lực Hỗ Trợ Cộng Đồng gần nhất để nói chuyện với Nhân Viên Điều Hướng Hội Viên của L.A. Care	10 ngày làm việc trở xuống (Hỏi về cuộc hẹn trong cùng ngày) Lưu ý: Thời gian chờ cho cuộc hẹn với bác sĩ chuyên khoa có thể khác với thời gian chờ cho cuộc hẹn với PCP.
 Chăm Sóc Khẩn Cấp	❖ Cảm, cúm, sốt ❖ Phát ban ❖ Nhiễm trùng (da, mắt, tai) ❖ Hô hấp (thở khô khè, ho) ❖ Đau dạ dày, nôn, tiêu chảy ❖ Thương tích nhẹ (bỏng, bong gân)	Để nhận trợ giúp tìm trung tâm chăm sóc khẩn cấp, hãy gọi cho Đường Dây Y Tá Tư Vấn hoặc 1.844.FIND.URG (1.844.346.3874)	48 giờ trở xuống
 Chăm Sóc Cấp Cứu	❖ Các tình trạng đe dọa đến tính mạng như đau ngực hoặc khó thở ❖ Thay đổi thị lực đột ngột ❖ Suy yếu, khó nói chuyện	Gọi 911 hoặc đến phòng cấp cứu bệnh viện gần nhất	Sẵn sàng phục vụ 24/7, gồm cả ngày nghỉ lễ

*Thời gian chờ có thể lâu hơn. Điều này có thể là do bác sĩ nhận thấy rằng thời gian chờ lâu hơn sẽ không gây tổn hại cho sức khỏe của quý vị.

Chuẩn bị trước khi đến buổi khám với Bác Sĩ

Mang theo những vật sau đây:



Thẻ ID hội viên hoặc thẻ ID Medi-Cal



Danh sách các mục tiêu và mối quan tâm về sức khỏe cần thảo luận với nhà cung cấp chăm sóc chính



Một cuốn sổ tay hoặc một tờ giấy – đừng quên bút – để có thể ghi chép trong suốt buổi thăm khám



Tiền Sử y tế gia đình của quý vị



Danh sách hoặc (các) chai thuốc quý vị đang dùng



Lịch của quý vị, trong trường hợp quý vị cần lên lịch các cuộc hẹn với bác sĩ hoặc xét nghiệm khác





L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Những Điểm Nổi Bật về Quyền Lợi và Dịch Vụ



L.A. Care Medicare Plus – Tóm Lược về Nhà Cung Cấp Phụ Trợ

L.A. Care Medicare Plus ký hợp đồng với các đối tác đáng tin cậy để cung cấp cho quý vị các quyền lợi và dịch vụ khác. Quý vị cũng có thể truy cập vào trang mạng của chúng tôi, medicare.lacare.org, để biết thêm thông tin hoặc xem danh mục của họ.

Dịch vụ	Nhà cung cấp
Châm Cứu Chỉnh Hình	American Specialty Health (ASH)
Thể Dục Phòng Tập	SilverSneakers®
Các Sản Phẩm Mua Không Cần Toa (OTC) Thức Ăn/Thực Phẩm/Hàng Tạp Hóa Hỗ Trợ Tiện Ích xăng Xe Ô Tô (Xăng tại Trạm Bơm Xăng).	NationsBenefits®
Chăm Sóc Nhãn Khoa (Định Kỳ)	VSP
Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần	Carelon Behavioral Health
Công Nghệ Truy Cập Từ Xa (Đường Dây Nóng Điều Dưỡng)	Health Dialog
Dịch Vụ Y Tế Từ Xa	Teladoc
Nha Khoa Định Kỳ	Liberty Dental

Châm Cứu và Trị Liệu Thần Kinh Cột Sống (Không được Medicare đài thọ)



Ngoài các dịch vụ Châm Cứu và Trị Liệu Thần Kinh Cột Sống được Medicare và Medi-Cal đài thọ, quý vị cũng có thể nhận được tối đa 45 buổi thăm khám (kết hợp) dành cho dịch vụ trị liệu thần kinh cột sống và châm cứu định kỳ!

Các dịch vụ được American Specialty Health (ASH) cung cấp. Quý vị phải sử dụng nhà cung cấp dịch vụ đã ký hợp đồng để nhận các dịch vụ được đài thọ. Truy cập danh mục nhà cung cấp dịch vụ trên trang mạng của chúng tôi tại: [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org)

Dịch Vụ Nha Khoa



L.A. Care Medicare Plus bảo hiểm cho các dịch vụ và thủ thuật nha khoa. Những dịch vụ này có thể bao gồm, nhưng không giới hạn ở những mục sau đây:

Dịch Vụ Phòng Ngừa:

- Khám Răng Miệng – 1 lần mỗi năm
- Quang Tuyến X – 1 lần mỗi năm
- Vệ sinh – 1 lần mỗi năm
- Bôi Florua – 1 lần bôi tại chỗ một năm

Dịch Vụ Toàn Diện:

- Phục Hồi
- Nội Nha – 1 lần mỗi răng trọn đời
- Nha Chu Học
- Phục Hình Răng (Cố Định và Tháo Lắp)
- Dịch vụ tổng quát phụ trợ phẫu thuật răng miệng/hàm mặt

Chương trình chúng tôi hợp tác với Liberty Dental để cung cấp cho quý vị các quyền lợi nha khoa

Các điều khoản loại trừ và giới hạn quyền lợi có thể áp dụng. Có thể áp dụng các trường hợp ngoại lệ nếu cần thiết về mặt y tế. Quy định về chấp thuận trước được liệt kê trong Cẩm Nang Hội Viên.

Để biết danh sách chi tiết về khoản đài thọ hoặc mạng lưới nhà cung cấp dịch vụ nha khoa, quý vị có thể truy cập trang mạng tại địa chỉ [medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org) hoặc gọi số **1.855.552.8243**, thứ Hai đến thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 8 giờ tối theo giờ địa phương.



Để biết thêm thông tin, vui lòng tham khảo Cẩm Nang Hội Viên.

Khoản đài thọ nha khoa bổ sung cũng có thể sẽ được cung cấp thông qua Chương Trình Nha Khoa của Medi-Cal, xin gọi số **1.800.322.6384** (TTY: **1.800.735.2922**) hoặc truy cập **smilecalifornia.org** để biết thêm thông tin.

Bảo hiểm bao gồm:

- Khám và làm sạch răng định kỳ
- Trám răng và sửa răng
- Lấy tủy răng và bọc răng
- Răng giả một phần, sửa và chỉnh hàng cho răng giả

Kể từ ngày 1 tháng 7 năm 2026, các quyền lợi nha khoa sẽ không còn được cung cấp cho hội viên mà không đáp ứng các yêu cầu về tình trạng di trú.

Thiết Bị Y Tế Lâu Bền là gì và tôi có thể tiếp cận chúng bằng cách nào?



Thiết Bị Y Tế Lâu Bền (DME) là thiết bị giúp quý vị hoàn thành các hoạt động hàng ngày. Ví dụ về những vật dụng này là xe lăn, nạng, hệ thống đệm điện, vật tư dành cho bệnh nhân tiểu đường, giường bệnh do nhà cung cấp dịch vụ chỉ định để sử dụng tại nhà, máy bơm truyền dịch IV, thiết bị tạo giọng nói, thiết bị và vật tư oxy, máy phun khí dung hoặc khung tập đi. Nếu cần vật dụng DME, quý vị nên trao đổi với bác sĩ của mình hoặc quý vị có thể gọi cho ban Dịch Vụ Hội Viên để đưa ra Yêu Cầu Chấp Thuận Dịch Vụ theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY: **711**) để được hỗ trợ.

Tư Cách Hội Viên Phòng Tập



SilverSneakers® cung cấp quyền tiếp cận với hơn 22,000 phòng tập trên toàn quốc nơi quý vị có thể sử dụng thiết bị và tham gia các lớp tập thể dục theo nhóm. Chương trình cũng cung cấp các lớp học trực tuyến và theo nhu cầu để tập luyện tại nhà. Quý vị có thể tiếp cận với các lớp học, đặt lời nhắc về bài luyện tập sắp tới và duy trì kết nối thông qua ứng dụng di động SilverSneakers Go.

Để thiết lập tài khoản của quý vị:

- truy cập **SilverSneakers.com**, hoặc
- tải xuống ứng dụng di động SilverSneakers Go.

Là hội viên của SilverSneakers, quý vị có thể tiết kiệm hàng nghìn đô la tiền học phí cho người thân của mình đơn giản bằng cách tập luyện tại cơ sở tham gia của SilverSneakers®. Thật dễ dàng và miễn phí cho quý vị. Vui lòng truy cập **SilverSneakers.TuitionRewards.com** để biết thêm thông tin.

Để biết thêm thông tin về việc sử dụng các quyền lợi của SilverSneakers, hãy gọi cho SilverSneakers theo số **1.866.584.7389 (TTY 711)** từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối theo Giờ Chuẩn Miền Đông (Eastern Standard Time, EST) hoặc truy cập **<https://tools.silversneakers.com/>**, để xem các cơ sở tham gia.

Dịch Vụ Thính Giác



Các dịch vụ thính giác được Medi-Cal cung cấp

Chúng tôi trả cho các xét nghiệm về thính giác và sự thăng bằng do nhà cung cấp của quý vị thực hiện. Những kiểm tra này cho biết quý vị có cần được điều trị y tế hay không. Những xét nghiệm này được đài thọ theo hình thức chăm sóc ngoại trú khi được bác sĩ, chuyên viên thính giác, hoặc nhà cung cấp khác, đủ trình độ chuyên môn thực hiện.

Đối với các dịch vụ thính giác, quý vị có thể gọi cho ban Dịch Vụ Hội Viên để đưa ra Yêu Cầu Chấp Thuận Dịch Vụ theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711)** để được hỗ trợ.



Chủng ngừa



Bảo vệ bản thân và gia đình của quý vị, hãy tiêm chủng!

Lên lịch hẹn với bác sĩ của quý vị. Chúng tôi có thể trợ giúp. Gọi cho chúng tôi theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711)**.

Chúng tôi chi trả miễn phí cho quý vị những vắc-xin sau đây!

- vắc-xin ngừa COVID-19
- Tiêm phòng cúm, một mũi mỗi mùa cúm vào mùa thu và mùa đông (bổ sung mũi tiêm phòng cúm nếu cần)
- Chủng ngừa viêm gan B nếu quý vị có nguy cơ trung bình hoặc nguy cơ cao mắc bệnh viêm gan B
- Chích ngừa viêm phổi
- Những loại thuốc chủng ngừa khác nếu quý vị có nguy cơ cao mắc bệnh và những thuốc chủng ngừa này hội đủ điều kiện của các quy định về đài thọ bảo hiểm của Medicare.

Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần



Quý vị có biết rằng sức khỏe tâm thần cũng quan trọng như sức khỏe thể chất không?

Quý vị có bao giờ thấy buồn, lo lắng hoặc choáng ngợp không? Những cảm giác này có thể là phản ứng bình thường với sự căng thẳng, mất mát hoặc yêu cầu hàng ngày của cuộc sống. Nếu những cảm giác này kéo dài hơn hai tuần, gọi cho cố vấn của chúng tôi tại Carelon Behavioral Health theo số **1.877.344.2858 (TTY 711)** 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần để nói chuyện với người có thể giúp đỡ.

Đường Dây Y Tá Tư Vấn



Gọi cho Đường Dây Y Tá Tư Vấn để nhận lời khuyên y tế từ một y tá hành nghề dựa trên triệu chứng hiện tại của quý vị bất cứ lúc nào, dù ngày hay đêm.

Chỉ cần gọi 1.800.249.3619 (TTY 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ để được giải đáp cho những quan ngại về sức khỏe của quý vị.

Y tá có thể giúp quý vị quyết định:

- Liệu quý vị có cần thăm khám với bác sĩ hay không;
- Những điều cần làm nếu các triệu chứng của quý vị trở nặng;
- Những điều quý vị có thể làm ở nhà để bắt đầu cảm thấy tốt hơn.

Chúng tôi cũng sử dụng thông dịch viên cho tất cả các ngôn ngữ khác, miễn phí cho quý vị.

Khoản Trợ Cấp Thẻ Trả Trước Quyền Lợi



Quý vị sẽ nhận được khoản trợ cấp hàng tháng là **\$110**, được nạp trước vào Thẻ Trả Trước Quyền Lợi Mastercard® của quý vị, để sử dụng cho các vật phẩm chăm sóc sức khỏe và sức khỏe toàn diện mua không cần toa (OTC) được chấp thuận chẳng hạn như thuốc trị ho và cảm lạnh, vitamin, thuốc giảm đau, băng gạc và nhiều sản phẩm khác. Thẻ và hướng dẫn kích hoạt sẽ được gửi cho quý vị qua đường bưu điện trong khoảng 7 đến 10 ngày sau khi quý vị tham gia chương trình. Quý vị cũng sẽ nhận được catalog OTC qua bưu điện, trong đó liệt kê mọi vật phẩm được chấp thuận. Một khi bảo hiểm của quý vị bắt đầu và thẻ được kích hoạt, quý vị có thể bắt đầu đặt hàng. Miễn phí gửi hàng, và quý vị sẽ nhận được hầu hết các mặt hàng trong vòng khoảng hai ngày.

Chỉ những mặt hàng được chấp thuận mới được chi trả theo khoản trợ cấp này. Quý vị có thể sử dụng catalog bản giấy hay truy cập lacare.nationsbenefit.com để xem sản phẩm nào đủ điều kiện. Vui lòng lưu ý mọi số tiền nào không được sử dụng sẽ không chuyển tiếp sang tháng tiếp theo. Để tận dụng tối đa quyền lợi của quý vị, quý vị nên sử dụng hết khoản trợ cấp của mỗi tháng.

Thật dễ dàng để mua các mặt hàng của quý vị! Quý vị có thể dùng Thẻ Trả Trước Quyền Lợi Mastercard® của mình tại cửa hàng thuộc các nhà thuốc và địa điểm bán lẻ tham gia chương trình, trực tuyến hay qua điện thoại.

- **Tại Cửa Hàng:** Quý vị có thể mua nhiều loại mặt hàng được chấp thuận tại những nơi như Albertsons, CVS, Food-4-Less, Ralphs, Walgreens, Walmart, và nhiều hơn nữa. Truy cập lacare.nationsbenefits.com để tìm cửa hàng tham gia gần quý vị.
- **Trực tuyến:** Truy cập lacare.nationsbenefits.com để xem danh sách nhiều loại sản phẩm được chấp thuận. Nếu đây là lần đầu tiên quý vị đặt mua trực tuyến, quý vị sẽ cần lập một tài khoản bằng cách đăng ký trên cổng thông tin Benefits Pro Portal hay ứng dụng Benefits Pro. Nếu quý vị đã lập tài khoản, chỉ cần đăng nhập, chọn mặt hàng của quý vị và khi chọn xong, nhấn "Checkout" (Thanh toán).
- **Qua Điện Thoại:** Quý vị có thể xem Danh Mục OTC hay vào lacare.nationsbenefits.com để tìm sản phẩm mà quý vị muốn đặt hàng. Để thực hiện đặt hàng qua điện thoại, vui lòng gọi **1.833.571.7587** (TTY: **711**). Nhân Viên ban Dịch Vụ Hội Viên làm việc từ 8 giờ sáng đến 8 giờ tối, giờ địa phương.

Để biết thêm thông tin, vui lòng tham khảo Cẩm Nang Hội Viên. Để biết cách sử dụng những quyền lợi này, xin liên lạc NationsBenefits® theo số **1.833.571.7587** (TTY: **711**) hay truy cập NationsBenefits tại **LACare.NationsBenefits.com**.



Hệ Thống Đáp Ứng Khẩn Cấp Cá Nhân



Quý vị nên cảm thấy an toàn khi ở nhà. Nếu quý vị có nguy cơ té ngã, gặp vấn đề sức khỏe hoặc gặp trường hợp khẩn cấp tại nhà, quý vị có thể đủ điều kiện cho Hệ Thống Đáp Ứng Khẩn Cấp Cá Nhân (PERS), một dịch vụ theo dõi cảnh báo y tế. Với PERS, quý vị sẽ nhận được một thiết bị cho phép quý vị nhấn nút để được hỗ trợ ngay lập tức trong trường hợp khẩn cấp. Nếu quý vị có thắc mắc, vui lòng gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.855.322.5007**, (TTY: **711**).

Dịch Vụ Điều Trị Bệnh Về Chân (Định Kỳ)



Chương trình của chúng tôi đài thọ tối đa **14** buổi thăm khám chăm sóc bàn chân định kỳ mỗi năm đối với dịch vụ Điều Trị Bệnh Về Chân mà Medicare không đài thọ.

Dịch vụ chăm sóc bàn chân định kỳ có thể bao gồm:

- Cắt hoặc loại bỏ các vết chai
- Tỉa hoặc cắt móng
- Vệ sinh hoặc dịch vụ duy trì phòng ngừa khác, như làm sạch và ngâm chân

Hãy lên lịch hẹn với bác sĩ của quý vị đối với dịch vụ này.

Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa – Medicare Phần D



Chúng tôi luôn sẵn sàng giải đáp những thắc mắc về thuốc dùng của quý vị.

- Quý vị có thể mua thuốc theo toa Medicare Phần D tại bất kỳ nhà thuốc nào trong mạng lưới L.A. Care Medicare Plus. Để tìm nhà thuốc gần quý vị hoặc đặt câu hỏi về toa thuốc của quý vị, hãy gọi **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY **711**), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ. Khi ghi danh, quý vị sẽ nhận được tờ rơi Cách Tiếp Cận, trong đó có hướng dẫn về cách yêu cầu Danh Sách Thuốc Được Đài Thọ (được gọi là Danh Mục Thuốc).
- Danh Mục Thuốc cho quý vị biết những loại thuốc nào được L.A. Care đài thọ. Quý vị có thể cần phải tự thanh toán toàn bộ chi phí thuốc nếu thuốc đó không có tên trong danh mục thuốc. Trước khi quý vị đến nhà thuốc, hãy gọi cho chúng tôi để biết thuốc của quý vị có được đài thọ không.
- Quý vị có thể lấy danh sách thuốc được đài thọ mới nhất trên trang mạng của chúng tôi tại **[medicare.lacare.org](https://www.medicare.lacare.org)**

Khoản Đồng Trả Quyền Lợi Thuốc Theo Toa Medicare Phần D



Bậc 1: **\$0 Tiền đồng trả**

Bậc 2-5: **\$0 – \$12.65 hay 25% Tiền đồng bảo hiểm**

Tiền đồng trả/Tiền đồng bảo hiểm của quý vị phụ thuộc vào số tiền của chương trình Extra Help mà quý vị nhận được.

Quý vị có thể nhận tối đa lượng thuốc đủ dùng cho 100 ngày để không phải đến nhà thuốc nhiều lần. Hãy hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ của quý vị để biết quý vị có lựa chọn này hay không. Nhiều loại thuốc cũng có thể được gửi qua đường bưu điện tới nhà quý vị — hãy gọi Ban Dịch Vụ Hội Viên để tìm hiểu thêm. Nếu thuốc của quý vị không được đài thọ hoặc cần phê duyệt, vui lòng liên hệ với bác sĩ hoặc dược sĩ của quý vị.



Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa – Medi-Cal RX



Các quyền lợi nhà thuốc Medi-Cal của quý vị được Sở Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe (Department of Healthcare Services, DHCS) quản lý thông qua nhà thầu quyền lợi nhà thuốc, Magellan Medicaid Management, Inc. (Magellan).

Mang theo Thẻ Nhận Diện Quyền Lợi (BIC) Medi-Cal khi quý vị đến nhà thuốc. Nhà thuốc sẽ sử dụng thẻ của quý vị để tra cứu thông tin và cung cấp thuốc cho quý vị.

Quý vị có thể nhận được các quyền lợi về nhà thuốc được Medi-Cal đài thọ:

1. **Trực tuyến**– sử dụng Trình Hướng Dẫn Tìm Nhà Thuốc của Medi-Cal Rx tại **Medi-CalRx.dhcs.ca.gov**, hoặc
2. **Qua điện thoại** – gọi tới Ban Dịch Vụ Khách Hàng Medi-Cal Rx theo số **1.800.977.2273** hai mươi tư giờ một ngày, bảy ngày trong tuần, hoặc **711** đối với TTY, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

Trợ giúp với một số tình trạng mãn tính -

Quyền Lợi Bổ Sung Đặc Biệt cho Người Mắc Bệnh Mãn Tính III (SSBCI)

Quyền Lợi Bổ Sung Đặc Biệt cho Người Bệnh Mãn Tính (Special Supplemental Benefits for the Chronically Ill, SSBCI) là một chương trình trợ giúp thêm cho những người có những vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, kéo dài. Chương trình được thiết kế để giúp cuộc sống hàng ngày dễ dàng hơn và giúp hội viên chăm sóc sức khỏe tốt hơn tại nhà.

Nếu đủ điều kiện, quý vị sẽ có thêm lựa chọn chi tiêu để sử dụng khoản trợ cấp hàng tháng \$110 đã được nạp sẵn trên thẻ Quyền Lợi Mastercard để trả cho các mặt hàng được chấp thuận, ngoài các sản phẩm chăm sóc sức khỏe và sức khỏe toàn diện mua không cần toa (OTC). Quý vị cũng sẽ có thể chi trả cho:

- Thực phẩm lành mạnh như trái cây, rau củ và ngũ cốc nguyên hạt
- Hóa đơn tiện ích tại nhà như điện, gas, nước hay rác thải
- Xăng tại trạm bơm xăng để giúp quý vị đến những nơi cần đến

Quan Trọng: Khoản trợ cấp của quý vị không được chuyển tiếp qua tháng sau. Hãy cố sử dụng hết \$110 mỗi tháng để quý vị tận dụng tối đa quyền lợi của mình.

Xin lưu ý rằng không phải ai cũng sẽ đủ điều kiện.

Quý Vị Hội Đủ Điều Kiện Như Thế Nào?

Quý vị phải có:

- các vấn đề sức khỏe kéo dài nghiêm trọng, ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày của quý vị và
- Có nguy cơ cao phải vào bệnh viện hay có các vấn đề sức khỏe quan trọng khác, và
- Cần nhiều sự trợ giúp để chăm sóc sức khỏe của quý vị và

Để đủ điều kiện nhận SSBCI, hội viên phải mắc một hoặc nhiều tình trạng mãn tính đáp ứng các tiêu chí đủ điều kiện.

- Bệnh tiểu đường,
- Thừa cân, béo phì và hội chứng chuyển hóa,
- Bệnh đường tiêu hóa mãn tính,
- Bệnh thận mãn tính (Chronic Kidney Disease, CKD),
- Hậu cấy ghép nội tạng,
- Rối loạn suy giảm miễn dịch và Rối loạn ức chế miễn dịch,
- Các tình trạng liên quan đến suy giảm nhận thức,
- Các tình trạng kèm theo khó khăn về chức năng,
- Các tình trạng mãn tính gây suy yếu thị giác, thính giác (điếc), vị giác, xúc giác và khứu giác,
- Các tình trạng cần đến dịch vụ trị liệu liên tục để bệnh nhân duy trì hay giữ lại chức năng hoạt động,
- Rối loạn sử dụng bia rượu mãn tính và các rối loạn sử dụng chất gây nghiện khác (Substance Use Disorders, SUD),
- Rối loạn tự miễn dịch,
- Ung thư,
- Rối loạn tim mạch,
- Suy tim mãn tính,
- Chứng mất trí,
- Rối loạn máu nghiêm trọng,
- Vi-rút gây suy giảm miễn dịch ở người (Human Immunodeficiency Virus, HIV)/ Hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải (Acquired Immunodeficiency Syndrome, AIDS),
- Rối loạn phổi mãn tính,
- Tình trạng sức khỏe tâm thần mạn tính và khuyết tật
- Rối loạn thần kinh,
- Đột quỵ

Phản hồi từ Đánh Giá Rủi Ro Sức Khỏe (HRA) của quý vị và hồ sơ y tế của quý vị sẽ được sử dụng để giúp xác định xem quý vị có đủ điều kiện hay không. Quý vị cũng có thể yêu cầu bác sĩ gửi yêu cầu tới L.A. Care để xác minh bệnh trạng đủ điều kiện của quý vị và các tiêu chí đủ điều kiện khác để được hưởng SSBCI. Xin lưu ý rằng quyền lợi SSBCI và tình trạng đủ điều kiện của quý vị (khi được chấp thuận) sẽ kết thúc vào cuối năm quyền lợi. Không phải ai cũng sẽ đủ điều kiện. Gọi ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.833.522.3767** (TTY: **711**) để được trợ giúp.



Y Tế Từ Xa



Y Tế Từ Xa là một cách thuận tiện để nhận dịch vụ chăm sóc y tế mà không cần rời khỏi nhà hoặc ở bất cứ nơi đâu. Các bác sĩ luôn sẵn sàng chẩn đoán, điều trị và kê toa thuốc khi cần thiết.

Để thiết lập tài khoản của quý vị, hãy truy cập **Teladoc.com** hoặc tải xuống ứng dụng di động Teladoc.

Để biết thêm thông tin, hãy gọi **1.800.Teladoc (1.800.835.2362)** 24/7 hoặc truy cập **teladoc.com/lacare**

PCP cũng có thể cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe từ xa, hãy hỏi về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe từ xa trong cuộc hẹn tiếp theo của quý vị!

Phương Tiện Chuyên Chở



Đến nhận cuộc hẹn với bác sĩ thật dễ dàng.

Là một hội viên L.A. Care Medicare Plus, quý vị có phương tiện chuyên chở miễn phí không giới hạn để đưa quý vị đến văn phòng bác sĩ và các cuộc hẹn y tế khác thông qua các quyền lợi Medi-Cal của quý vị. Để biết thêm thông tin về quyền lợi chuyên chở của quý vị hoặc để lên lịch một chuyến đi, hãy gọi **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767)** (TTY **711**).

Những điều quý vị cần:

- Số ID Hội Viên (quý vị có thể tìm thấy số này trên thẻ ID Hội Viên của mình)
- Ngày Sinh
- Ngày, Thời Gian và Lý Do Quý Vị Cần Thăm Khám Với Bác Sĩ
- Địa Chỉ Đón và Xuống Xe

Dịch Vụ Nhãn Khoa



Quyền lợi nhãn khoa định kỳ của quý vị bao gồm:

- Một lần khám mắt định kỳ mỗi năm lịch.
- Tối đa **\$500** cho cặp kính mắt (chỉ gọng kính) hoặc kính áp tròng mỗi hai năm lịch một lần.
- Các loại tròng kính Theo Toa cơ bản, chẳng hạn như tròng kính thủy tinh hoặc nhựa, tròng kính đơn, tròng kính hai tròng, tròng kính ba tròng hoặc tròng kính dạng thấu kính được đòi hỏi mỗi hai năm một lần. Các nâng cấp và tăng cường, chẳng hạn như tròng kính đa tròng, lớp phủ chống trầy xước, các lớp phủ và bổ sung khác không được đòi hỏi.

Lưu ý: Các loại tròng kính Theo Toa cơ bản không được tính vào khoản trợ cấp \$500.

Để tìm hiểu thêm về dịch vụ nhãn khoa được đòi hỏi thông qua L.A. Care Medicare Plus, vui lòng gọi **1.855.492.9028 (TTY 711)** 8 giờ sáng đến 8 giờ tối, 7 ngày trong tuần hoặc truy cập danh mục nhà cung cấp trên trang mạng của chúng tôi tại: www.vsp.com/advantageonly

Bảo Hiểm Trường Hợp Cấp Cứu/Khẩn Cấp Toàn Thế Giới



Nếu quý vị gặp trường hợp cấp cứu khi không ở Quận L.A., quý vị có thể đến cơ sở cấp cứu gần nhất (văn phòng bác sĩ, phòng khám hoặc bệnh viện).

L.A. Care Medicare Plus cung cấp bảo hiểm khẩn cấp toàn cầu ở mọi nơi trên thế giới. Các dịch vụ cần thiết khẩn cấp và cấp cứu được đòi hỏi trên toàn thế giới mà không cần chấp thuận trước. Chúng tôi sẽ đòi hỏi tối đa **\$10,000** chi phí mỗi năm. Liên hệ với ban Dịch Vụ Hội Viên để biết thêm thông tin theo số **1.833.LAC.DSNP (1.833.522.3767) (TTY 711)**.

Trang mạng



Hội viên của L.A. Care Medicare Plus nên truy cập trang mạng của chương trình tại địa chỉ **medicare.lacare.org** để biết thông tin mới nhất về các quyền lợi, dịch vụ trong chương trình và thông tin hữu ích khác để giúp quý vị duy trì sức khỏe.



L.A. Care
Medicare Plus™
(HMO D-SNP)

Cách Truy Cập L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) Tài Liệu cho Hội Viên

Chúng tôi tạo điều kiện thuận lợi cho quý vị trong việc truy cập tất cả các thông tin quan trọng của chương trình L.A. Care Medicare Plus năm 2026, chẳng hạn như danh sách đầy đủ các Nhà Cung Cấp Dịch Vụ, Nhà Thuốc, Danh Sách Thuốc Được Đề Nghị (Danh Mục Thuốc) và Cẩm Nang Hội Viên tại **medicare.lacare.org**.

Toàn bộ bảo hiểm sức khỏe quan trọng của quý vị nằm tại **medicare.lacare.org**.



Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ/Nhà Thuốc - Một danh sách các bác sĩ, cơ sở và nhà thuốc trong mạng lưới của chúng tôi

- Tải xuống *Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ/Nhà Thuốc* đầy đủ của chúng tôi trong phần Hội Viên
- Sử dụng danh mục có thể tìm kiếm trực tuyến tại **medicare.lacare.org**.



Danh Sách Thuốc Được Đề Nghị (Danh Mục Thuốc) - Danh sách các loại thuốc chúng tôi đề nghị

- Tải xuống *Danh Sách Thuốc Được Đề Nghị (Danh Mục Thuốc)* được cập nhật trong phần Hội Viên



Cẩm Nang Hội Viên - Giải thích tính hội đủ điều kiện tham gia chương trình, các dịch vụ chăm sóc sức khỏe, bảo hiểm thuốc theo toa, các quyền và biện pháp bảo vệ.

- Tải xuống *Cẩm Nang Hội Viên* đầy đủ của chúng tôi trong phần Hội Viên

Nếu quý vị muốn được gửi một bản sao Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ/Nhà Thuốc, Danh Sách Thuốc Được Đề Nghị (Danh Mục Thuốc) và/hoặc Cẩm Nang Hội Viên qua đường bưu điện, hãy gọi cho Ban Dịch Vụ Hội Viên theo số **1.833.522.DSNP (3767)** (TTY: 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.

Quý vị có thể xem hoặc yêu cầu chúng tôi gửi *Danh Mục Nhà Cung Cấp Dịch Vụ/Nhà Thuốc*, *Danh Sách Thuốc Được Đề Nghị (Danh Mục Thuốc)* và *Cẩm Nang Hội Viên* năm 2026 kể từ **ngày 15 tháng Mười, năm 2025**.

Quý vị có thể nhận tài liệu này miễn phí ở các định dạng khác như bản in chữ lớn, chữ nổi Braille và/hoặc âm thanh. Gọi **1.833.522.3767** (TTY: 711), 24 giờ một ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ.



Thông Báo về Các Biện Pháp Thực Hành Bảo Vệ Quyền Riêng Tư

Ngày Có Hiệu Lực: Ngày 15 tháng 7 năm 2025

Thông Tin của Quý Vị. Quyền của Quý Vị. Trách Nhiệm của Chúng Tôi.

THÔNG BÁO NÀY TRÌNH BÀY CÁCH THÔNG TIN Y TẾ, NHA KHOA VÀ NHÃN KHOA CỦA QUÝ VỊ, LIÊN QUAN ĐẾN QUYỀN LỢI SỨC KHỎE CỦA QUÝ VỊ, CÓ THỂ ĐƯỢC SỬ DỤNG VÀ TIẾT LỘ, VÀ CÁCH QUÝ VỊ CÓ THỂ TIẾP CẬN THÔNG TIN NÀY. **VUI LÒNG ĐỌC KỸ.**

Local Initiative Health Authority for Los Angeles County, một tổ chức công hoạt động và kinh doanh còn gọi là L.A. Care Health Plan (L.A. Care) cung cấp quyền lợi và bảo hiểm cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe thông qua Tiểu Bang, Liên Bang và các chương trình thương mại. Việc bảo vệ thông tin sức khỏe được bảo vệ (Protected Health Information, PHI) của quý vị rất quan trọng đối với chúng tôi. L.A. Care phải cung cấp cho quý vị thông báo này về các quyền và trách nhiệm nhất định của chúng tôi để đảm bảo an toàn cho PHI của quý vị, bao gồm các biện pháp thực hành bảo vệ quyền riêng tư theo quy định của luật pháp California và Đạo Luật về Trách Nhiệm Giải Trình và Cung Cấp Thông Tin Bảo Hiểm Sức Khỏe (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) năm 1996. Thông báo này cho quý vị biết cách chúng tôi có thể sử dụng và chia sẻ PHI của quý vị. Thông báo này cũng sẽ cho biết các quyền của quý vị. Quý vị có thể có các quyền riêng tư bổ sung hoặc nghiêm ngặt hơn theo luật tiểu bang.

I. PHI của quý vị mang tính cá nhân và riêng tư

L.A. Care tiếp nhận PHI nhận dạng được quý vị, như họ tên, thông tin liên lạc, dữ kiện cá nhân và thông tin tài chính, từ một số nguồn như các cơ quan của Tiểu Bang, Liên Bang và địa phương sau khi quý vị hội đủ điều kiện, được chỉ định và/hoặc ghi danh vào một chương trình L.A. Care. Chúng tôi cũng nhận PHI về quý vị mà quý vị cung cấp cho chúng tôi. Ngoài ra, chúng tôi còn nhận PHI từ các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe như bác sĩ, phòng khám, bệnh viện, phòng thí nghiệm và các công ty bảo hiểm hoặc bên chi trả khác. Chúng tôi sử dụng thông tin này để điều phối, phê duyệt, thanh toán và cải thiện dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị, cũng như để liên lạc với quý vị. Chúng tôi không được sử dụng thông tin di truyền của quý vị để quyết định xem chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị bảo hiểm chăm sóc sức khỏe hay chi phí của bảo hiểm đó. Đôi khi, chúng tôi có thể nhận thông tin về chủng tộc, dân tộc và ngôn ngữ về quý vị. Chúng tôi có thể sử dụng thông tin này để giúp quý vị, để liên lạc với quý vị và xác định nhu cầu của quý vị, chẳng hạn như cung cấp cho quý vị tài liệu giáo dục bằng ngôn ngữ quý vị ưu tiên và cung cấp dịch vụ thông dịch miễn phí cho quý vị. Chúng tôi sử dụng và chia sẻ những thông tin này như được quy định trong thông báo này. Chúng tôi không sử dụng thông tin này để quyết định xem liệu chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị bảo hiểm dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc chi phí của bảo hiểm đó hay không.

II. Cách Chúng Tôi Bảo Vệ PHI của Quý Vị

Theo quy định của pháp luật, chúng tôi phải duy trì quyền riêng tư và bảo mật thông tin PHI của quý vị. Chúng tôi cam kết bảo vệ PHI của quý vị và lưu giữ PHI của các hội viên hiện tại và trước đây của chúng tôi trên cơ sở riêng tư và bảo mật theo quy định của pháp luật và các tiêu chuẩn chứng nhận. Chúng tôi sử dụng các biện pháp bảo vệ vật lý, kỹ thuật và hành chính để đảm bảo quyền riêng tư cho PHI của quý vị và nhân viên của chúng tôi được đào tạo thường xuyên về cách sử dụng và chia sẻ PHI. Một số cách giúp chúng tôi đảm bảo bảo mật cho PHI bao gồm bảo vệ văn phòng và khóa bàn làm việc, cũng như tủ hồ sơ, bảo vệ máy tính và thiết bị điện tử



bằng mật khẩu và chỉ cấp quyền truy cập vào thông tin mà nhân viên cần để thực hiện công việc của họ. Theo quy định của pháp luật, khi các đối tác kinh doanh của chúng tôi làm việc với chúng tôi, họ cũng phải bảo vệ quyền riêng tư của bất kỳ PHI nào chúng tôi chia sẻ với họ và không được phép cung cấp PHI cho các bên khác, trừ khi được pháp luật và thông báo này cho phép. Theo quy định của pháp luật, chúng tôi sẽ cho quý vị biết nếu có vi phạm về PHI không được bảo mật của quý vị. Chúng tôi sẽ tuân thủ các nghĩa vụ và biện pháp thực hành bảo vệ quyền riêng tư được mô tả trong thông báo này và cung cấp cho quý vị một bản sao. Chúng tôi sẽ không sử dụng hoặc chia sẻ thông tin của quý vị ngoài những mục đích được nêu trong thông báo này theo luật pháp Tiểu Bang và Liên Bang hoặc theo văn bản cho phép của quý vị.

III. Thay Đổi trong Thông Báo về Các Biện Pháp Thực Hành Bảo Vệ Quyền Riêng Tư này

L.A. Care sẽ tuân thủ bản thông báo chúng tôi hiện đang sử dụng. Chúng tôi có quyền thay đổi thông báo về các biện pháp thực hành bảo vệ quyền riêng tư này bất cứ lúc nào. Bất cứ thay đổi nào cũng sẽ áp dụng cho tất cả PHI của quý vị, kể cả PHI chúng tôi nhận được trước khi có thay đổi. Chúng tôi sẽ báo cho quý vị biết khi chúng tôi thay đổi thông báo này qua bản tin, thư hoặc trang web của chúng tôi. Quý vị cũng có thể yêu cầu chúng tôi cung cấp bản sao của thông báo mới, vui lòng xem bên dưới về cách liên hệ với chúng tôi.

IV. Cách Chúng Tôi Có Thể Sử Dụng và Chia Sẻ PHI về Quý Vị

L.A. Care thu thập, sử dụng và chia sẻ PHI được cung cấp cho chúng tôi khi được pháp luật cho phép để điều trị, thanh toán và điều hành dịch vụ chăm sóc sức khỏe kết hợp với chương trình mà quý vị đăng ký tham gia. PHI chúng tôi sử dụng và chia sẻ bao gồm, nhưng không chỉ giới hạn ở:

- Tên;
- Địa chỉ;
- Ngày sinh
- Dịch vụ chăm sóc và điều trị đã nhận;
- Bệnh sử;
- Chi phí/thanh toán cho dịch vụ chăm sóc;
- Chủng tộc/dân tộc;
- Ngôn ngữ;
- Giới tính được ấn định khi sinh;
- Nhân dạng giới tính;
- Xu hướng giới tính; và
- Đại từ nhân xưng.

Các Cách Chúng Tôi Thường Sử Dụng và Chia Sẻ PHI:

Chúng tôi thường có thể sử dụng và chia sẻ PHI theo những cách sau mà không cần quý vị cho phép:

- **Điều Trị:** Chúng tôi không cung cấp dịch vụ điều trị, nhưng chúng tôi có thể sử dụng và chia sẻ PHI với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và các dịch vụ khác như bác sĩ, bệnh viện, các nhà cung ứng thiết bị y tế lâu bền, và các nhà cung cấp khác để cung cấp dịch vụ chăm sóc, điều trị và các dịch vụ khác, và thông tin để trợ giúp quý vị.
- **Thanh Toán:** Chúng tôi có thể sử dụng và chia sẻ PHI với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, nhà cung cấp dịch vụ và các công ty bảo hiểm và người trả tiền khác để xử lý các yêu cầu thanh toán và thanh toán cho các dịch vụ y tế được cung cấp cho quý vị.



- **Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe:** Chúng tôi có thể sử dụng và chia sẻ PHI để điều hành tổ chức của mình và liên hệ với quý vị khi cần thiết như kiểm toán, cải thiện chất lượng, quản lý việc chăm sóc, điều phối hoạt động chăm sóc và các hoạt động vận hành hàng ngày. Chúng tôi cũng có thể sử dụng và chia sẻ PHI với các chương trình của Tiểu Bang, Liên Bang và Quận để phục vụ việc tham gia và quản lý chương trình.
- **Những Cách Sử Dụng PHI Khác của Chúng Tôi:**
 - Cung cấp thông tin cho bác sĩ hoặc bệnh viện nhằm xác nhận quyền lợi, tiền đồng trả hoặc tiền khấu trừ của quý vị.
 - Để chấp thuận trước cho dịch vụ chăm sóc.
 - Xử lý và thanh toán yêu cầu xin bồi hoàn cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe và điều trị quý vị nhận được.
 - Cung cấp PHI cho bác sĩ hoặc bệnh viện của quý vị để họ có thể điều trị cho quý vị.
 - Đánh giá chất lượng chăm sóc và các dịch vụ quý vị nhận được.
 - Trợ giúp quý vị và cung cấp cho quý vị thông tin và dịch vụ giáo dục và cải thiện sức khỏe (ví dụ: đối với các tình trạng như bệnh tiểu đường).
 - Để thông báo cho quý vị về các dịch vụ và chương trình bổ sung mà quý vị có thể quan tâm và/hoặc giúp ích cho quý vị (ví dụ: lớp học thể dục tại Trung Tâm Hỗ Trợ Gia Đình L.A. Care).
 - Nhắc quý vị thực hiện đánh giá sức khỏe thường xuyên, khám sàng lọc hoặc khám sức khỏe.
 - Để phát triển các chương trình và sáng kiến cải thiện chất lượng, bao gồm cả việc tạo, sử dụng hoặc chia sẻ dữ liệu không nhận dạng được HIPAA cho phép.
 - Sử dụng và chia sẻ thông tin, trực tiếp hoặc gián tiếp, với nền tảng trao đổi thông tin sức khỏe, để điều trị, thanh toán, và điều hành dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
 - Điều tra và truy tố các trường hợp, chẳng hạn như gian lận, hoang phí, hoặc ngược đãi.

V. Các Cách Khác Chúng Tôi Có Thể Sử Dụng và Chia Sẻ PHI

Chúng tôi được cho phép hoặc được yêu cầu phải chia sẻ PHI của quý vị theo những cách khác mà không cần quý vị cho phép, thường là để đóng góp cho lợi ích cộng đồng, chẳng hạn như nghiên cứu và sức khỏe công cộng. Chúng tôi có thể sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị cho các mục đích bổ sung sau đây nhằm tuân thủ và được pháp luật hiện hành cho phép:

- Tuân thủ luật pháp Tiểu Bang, Liên Bang hoặc địa phương.
- Tuân thủ yêu cầu của cơ quan thực thi pháp luật, chẳng hạn như cảnh sát, quân đội hoặc cơ quan an ninh quốc gia, hoặc cơ quan hoặc hội đồng chính quyền Liên Bang, Tiểu Bang hoặc địa phương, chẳng hạn như hội đồng bồi thường tai nạn lao động hoặc cơ quan giám sát sức khỏe đối với các hoạt động được pháp luật, và tòa án hoặc lệnh hành chính cho phép.
- Phản hồi với Bộ Dịch Vụ Y Tế và Nhân Sinh nếu Bộ muốn thấy rằng chúng tôi đang tuân thủ luật về quyền riêng tư của liên bang.

- Trợ giúp việc thu hồi sản phẩm.
- Báo cáo các phản ứng bất lợi với thuốc.
- Báo cáo các vụ nghi ngờ ngược đãi, bỏ bê hoặc bạo hành gia đình, theo quy định hoặc sự cho phép của pháp luật.
- Để thực hiện nghiên cứu chăm sóc sức khỏe.
- Để đáp ứng các yêu cầu hiến tặng nội tạng và mô, cũng như làm việc với giám định viên y tế hoặc giám đốc tang lễ.
- Liên quan đến khiếu nại, điều tra, kiện cáo và hành động pháp lý.
- Phòng ngừa hoặc giảm bớt mối đe dọa nghiêm trọng đến sức khỏe hoặc sự an toàn của bất kỳ ai.

VI. Liên Lạc với Quý Vị

Chúng tôi có thể sử dụng PHI để liên lạc với quý vị hoặc người được chỉ định của quý vị về các quyền lợi, dịch vụ, lựa chọn nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị, cũng như lập hóa đơn và thanh toán. L.A. Care sẽ tuân thủ luật pháp hiện hành trong các liên hệ với quý vị, kể cả Đạo Luật Bảo Vệ Người Tiêu Dùng Qua Điện Thoại (Telephone Consumer Protection Act, TCPA). Chúng tôi có thể liên lạc với quý vị thông qua thư từ, bản tin, tờ rơi và các cách sau:

- **Cuộc Gọi Điện Thoại.** Nếu quý vị cung cấp cho chúng tôi số điện thoại của quý vị (kể cả là người giám hộ hoặc người được chỉ định cung cấp số điện thoại của họ), bao gồm số điện thoại di động của quý vị, thì, chúng tôi, bao gồm tổ chức chi nhánh và nhà thầu phụ thay mặt chúng tôi, có thể gọi cho quý vị bằng việc sử dụng hệ thống quay số điện thoại tự động/hoặc hộp thoại tạo sẵn theo luật pháp hiện hành. Nhà cung cấp dịch vụ di động của quý vị có thể tính phí quý vị cho việc nhận cuộc gọi, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ di động để tìm hiểu thông tin này. Nếu quý vị không muốn chúng tôi liên hệ với quý vị theo cách này, vui lòng cho người gọi biết, hoặc liên hệ với chúng tôi để được ghi vào Danh Sách Không Gọi (Do Not Call List) của chúng tôi.
- **Nhắn Tin cho Quý Vị.** Nếu quý vị đã cung cấp cho chúng tôi số điện thoại di động của mình (bao gồm nếu người giám hộ hoặc người được chỉ định đã cung cấp số điện thoại của họ), thì vì các mục đích nhất định, chẳng hạn như nhắc nhở, lựa chọn việc điều trị, dịch vụ và nhắc nhở hoặc xác nhận thanh toán lệ phí bảo hiểm, chúng tôi, bao gồm các chi nhánh của chúng tôi và các nhà thầu phụ thay mặt cho chúng tôi, có thể nhắn tin cho quý vị căn cứ theo luật áp dụng. Nhà cung cấp dịch vụ di động của quý vị có thể tính phí quý vị cho việc nhận tin nhắn. Vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ di động để tìm hiểu thông tin này. Nếu bất cứ lúc nào quý vị không muốn nhận tin nhắn, thì hãy làm theo thông tin hướng dẫn hủy đăng ký trên tin nhắn, hoặc vui lòng trả lời "STOP" (DỪNG) để ngừng nhận những tin nhắn đó.
- **Email.** Nếu quý vị cung cấp cho chúng tôi địa chỉ email của quý vị (kể cả là người giám hộ hoặc người được chỉ định cung cấp địa chỉ email của họ), thì, đối với một số mục đích giới hạn, (ví dụ như gửi cho quý vị tài liệu ghi danh, hội viên, nhà cung cấp dịch vụ và tài liệu giáo dục, hoặc lời nhắc hoặc xác nhận thanh toán), nếu quý vị đồng ý nhận các thông tin này dạng điện tử, thì chúng tôi có thể gửi email cho quý vị. Nhà cung cấp dịch vụ internet hoặc email hoặc điện thoại di động có thể sẽ tính phí khi quý vị nhận email, vui lòng liên



hệ với nhà cung cấp dịch vụ internet hoặc email hoặc điện thoại di động của quý vị để biết thông tin này. Quý vị thừa nhận và đồng ý rằng nếu quý vị sử dụng địa chỉ email và/hoặc máy tính không được mã hóa, hoặc truy cập email của mình qua thiết bị di động hoặc chia sẻ email, hoặc máy tính hoặc điện thoại di động với người khác thì có rủi ro là PHI của quý vị có thể bên thứ ba đọc được và quý vị chấp nhận những rủi ro đó và từ bỏ mọi biện pháp bảo vệ mà quý vị có thể có theo bất kỳ luật nào. Nếu bất cứ lúc nào quý vị không muốn nhận tin nhắn email, thì hãy làm theo hướng dẫn “Unsubscribe” (Hủy Đăng Ký) ở cuối tin nhắn để ngừng nhận thông tin qua email.

VII. Cho Phép Bằng Văn Bản

Nếu quý vị muốn sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị phục vụ bất kỳ mục đích nào không được cung cấp trong thông báo này, thì chúng tôi sẽ cần có sự cho phép bằng văn bản của quý vị. Ví dụ, sử dụng hoặc chia sẻ PHI cho nhu cầu tiếp thị hoặc mua bán phải có sự cho phép bằng văn bản của quý vị. Nếu chúng tôi sử dụng hoặc chia sẻ ghi chú điều trị tâm lý, chúng tôi cũng cần có sự cho phép của quý vị. Nếu quý vị cung cấp cho chúng tôi sự cho phép của quý vị, quý vị có thể hủy sự cho phép bất cứ lúc nào bằng văn bản, và chúng tôi sẽ không sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị cho mục đích đó sau ngày chúng tôi xử lý yêu cầu của quý vị. Tuy nhiên, nếu chúng tôi đã sử dụng hoặc chia sẻ PHI của quý vị với sự cho phép của quý vị, thì chúng tôi không thể hoàn tác bất kỳ hành động nào đã xảy ra trước khi quý vị hủy sự cho phép của mình.

VIII. Quyền của Quý Vị

Quý vị có một số quyền đối với PHI của mình và đối với cách PHI có thể được sử dụng hoặc chia sẻ. Quý vị có quyền:

- **Nhận một bản sao các hồ sơ sức khỏe và yêu cầu xin bồi hoàn.** Quý vị có thể yêu cầu xem hoặc nhận bản sao hồ sơ Sức Khỏe và yêu cầu xin bồi hoàn của mình. Chúng tôi sẽ cung cấp một bản sao hoặc bản tóm tắt hồ sơ sức khỏe và yêu cầu xin bồi hoàn của quý vị. Có thể có một số thông tin và hồ sơ chúng tôi không thể tiết lộ theo sự cho phép của luật pháp, hoặc chúng tôi không thể cung cấp những thông tin nhất định ở một số hình thức, định dạng hoặc phương tiện truyền thông. Chúng tôi có thể tính phí hợp lý cho việc sao chép và gửi PHI của quý vị qua đường bưu điện. Tuy nhiên, xin lưu ý rằng L.A. Care không lưu giữ toàn bộ bản sao hồ sơ y tế của quý vị, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị muốn xem, hoặc nhận một bản sao hoặc thay đổi một lỗi trong hồ sơ y tế của quý vị.
- **Yêu cầu chúng tôi sửa hồ sơ sức khỏe và yêu cầu xin bồi hoàn.** Nếu quý vị tin rằng có sai sót trong PHI của mình, quý vị có thể yêu cầu chúng tôi chỉnh sửa. Có thể có một số thông tin chúng tôi không thể thay đổi (ví dụ: chẩn bệnh của bác sĩ) và sẽ thông báo cho quý vị điều này bằng văn bản. Nếu người khác cung cấp cho chúng tôi thông tin (ví dụ: bác sĩ của quý vị) thì chúng tôi sẽ cho quý vị biết, để quý vị có thể yêu cầu họ chỉnh sửa. Do L.A. Care không lưu giữ toàn bộ bản sao hồ sơ y tế của quý vị, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị muốn thay đổi một lỗi trong hồ sơ y tế của quý vị.
- **Yêu cầu chúng tôi phải liên hệ với quý vị một cách bảo mật.** Quý vị có thể yêu cầu chúng tôi liên hệ với quý vị theo cách cụ thể (ví dụ: qua điện thoại nhà hoặc văn

phòng) hoặc gửi thư đến một địa chỉ khác. Không phải tất cả các yêu cầu đều có thể được đồng ý, nhưng chúng tôi sẽ thực hiện theo một yêu cầu hợp lý.

- **Yêu cầu chúng tôi giới hạn những thông tin chúng tôi sử dụng hoặc chia sẻ.** Quý vị có thể yêu cầu chúng tôi không sử dụng hoặc chia sẻ một số thông tin sức khỏe cho việc điều trị, thanh toán, hoặc điều hành của chúng tôi. Theo luật, chúng tôi không bắt buộc phải đồng ý với yêu cầu của quý vị và chúng tôi có thể “từ chối” nếu yêu cầu của quý vị ảnh hưởng đến việc chăm sóc, thanh toán yêu cầu xin bồi hoàn, hoạt động chính hoặc không tuân hành các quy tắc, quy định hoặc yêu cầu của cơ quan chính phủ hoặc cơ quan thực thi pháp luật, hoặc lệnh của một tòa án hoặc lệnh hành chính.
- **Nhận danh sách những người mà chúng tôi đã chia sẻ PHI của quý vị cho họ.** Quý vị có thể yêu cầu chúng tôi cung cấp danh sách (bản kê khai) những lần chúng tôi đã chia sẻ thông tin sức khỏe của quý vị, những bên chúng tôi đã chia sẻ thông tin đó và mô tả ngắn gọn lý do. Chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị danh sách trong khoảng thời gian quý vị yêu cầu. Theo luật, chúng tôi sẽ cung cấp danh sách trong thời gian tối đa sáu (6) năm trước ngày quý vị yêu cầu bằng văn bản. Chúng tôi sẽ cung cấp tất cả các tiết lộ ngoại trừ những tiết lộ về điều trị, thanh toán và điều hành dịch vụ chăm sóc sức khỏe, cũng như một số tiết lộ khác, chẳng hạn như khi chúng tôi chia sẻ thông tin với quý vị hoặc với sự cho phép của quý vị. Chúng tôi sẽ cung cấp miễn phí bản kê khai trong một năm, nhưng có thể tính phí hợp lý cho bất kỳ yêu cầu bổ sung nào.
- **Nhận một bản sao của thông báo quyền riêng tư này.** Quý vị có thể nhận được bản sao dạng giấy của thông báo này bằng cách gọi cho chúng tôi.
- **Chọn ai đó hành động thay cho quý vị.** Nếu quý vị đã đưa giấy ủy quyền y tế cho một người hoặc nếu người đó là người giám hộ hợp pháp của quý vị, người đó có thể thực hiện quyền của quý vị và đưa ra lựa chọn về PHI của quý vị. Chúng tôi có thể yêu cầu quý vị hoặc người được chỉ định của quý vị cung cấp cho chúng tôi một số thông tin và tài liệu (ví dụ: bản sao lệnh tòa án cấp quyền giám hộ). Quý vị hoặc người giám hộ của quý vị sẽ cần phải điền vào giấy cho phép bằng văn bản, vui lòng liên hệ với chúng tôi theo số điện thoại bên dưới để tìm hiểu về cách thực hiện việc này.

Quý vị có thể thực hiện các quyền nêu trên bằng cách liên hệ với L.A. Care theo cách nêu dưới đây.

IX. Dịch Vụ Nhạy Cảm

Những hội viên đồng ý nhận các dịch vụ nhạy cảm không bắt buộc phải có được sự chấp thuận của bất kỳ hội viên nào khác để nhận các dịch vụ nhạy cảm hoặc gửi yêu cầu xin bồi hoàn cho các dịch vụ nhạy cảm. “Dịch vụ nhạy cảm” nghĩa là những dịch vụ liên quan đến sức khỏe tâm thần hoặc hành vi, sức khỏe tình dục và sinh sản, bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục, rối loạn sử dụng chất gây nghiện, chăm sóc khẳng định giới tính và bạo lực bạn tình dành cho các hội viên từ 12 tuổi trở lên. L.A. Care sẽ trực tiếp trao đổi thông tin về các dịch vụ nhạy cảm đến địa chỉ gửi thư, địa chỉ email hoặc số điện thoại được chỉ định thay thế của một hội viên hoặc, trong trường hợp không có chỉ định, theo tên của hội viên tại địa chỉ hoặc số điện thoại trong hồ sơ. L.A. Care sẽ không tiết lộ thông tin y tế liên quan đến các dịch vụ nhạy cảm cho bất kỳ hội viên nào khác mà không có sự cho phép bằng văn bản từ hội viên đang được chăm sóc. L.A. Care sẽ đáp ứng các yêu cầu về trao đổi thông tin bảo mật theo hình thức và định dạng được yêu cầu, nếu việc trao đổi thông tin đó có thể dễ dàng được thực

hiện theo hình thức và định dạng được yêu cầu, hoặc tại các địa điểm thay thế. Yêu cầu của hội viên về thông tin liên lạc bí mật liên quan đến các dịch vụ nhạy cảm sẽ có hiệu lực cho đến khi hội viên thu hồi yêu cầu hoặc gửi yêu cầu mới về thông tin liên lạc bí mật.

Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số điện thoại trên thẻ ID của quý vị, hoặc viết thư cho chúng tôi để tìm hiểu cách yêu cầu bất kỳ mục nào ở trên. Quý vị sẽ cần gửi yêu cầu của quý vị bằng văn bản, và cho chúng tôi biết một số thông tin. Chúng tôi có thể gửi cho quý vị (các) biểu mẫu.

X. Quyền Riêng Tư về Chăm Sóc Sức Khỏe Sinh Sản

Chúng tôi bị cấm sử dụng hoặc tiết lộ PHI của quý vị để tiến hành điều tra hình sự, dân sự hoặc hành chính, hoặc áp đặt trách nhiệm hình sự, dân sự hoặc hành chính đối với quý vị vì đã tìm kiếm, nhận được, cung cấp hoặc tạo điều kiện cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản hợp pháp. Chúng tôi cũng bị cấm xác định danh tính của quý vị cho những mục đích như vậy. Ví dụ: chúng tôi không thể tiết lộ PHI của quý vị, bao gồm cả tên của quý vị, để tạo điều kiện cho cuộc điều tra hình sự chống lại quý vị vì đã mua thuốc tránh thai theo toa hoặc thuốc phá thai một cách hợp pháp.

Chúng tôi không được phép sử dụng hoặc tiết lộ PHI của quý vị liên quan đến dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản cho mục đích giám sát sức khỏe, tổ tụng tư pháp và hành chính, mục đích thi hành luật hoặc cho cảnh sát điều tra và giám định y khoa mà không thực hiện các bước hợp lý để có được xác nhận từ người yêu cầu rằng yêu cầu đó là hợp pháp. Ví dụ: chúng tôi không được phép tiết lộ PHI của quý vị liên quan đến việc phá thai hợp pháp cho cơ quan thực thi pháp luật mà không thực hiện các bước hợp lý để có được xác nhận rằng cơ quan thực thi pháp luật sẽ không sử dụng PHI của quý vị cho mục đích bị cấm.

Chúng tôi có thể sử dụng hoặc tiết lộ PHI liên quan đến thông tin sức khỏe sinh sản cho các mục đích được HIPAA cho phép khi yêu cầu sử dụng hoặc tiết lộ PHI không nhằm mục đích điều tra hoặc áp đặt trách nhiệm pháp lý cho bất kỳ cá nhân nào khi tìm kiếm, nhận được, cung cấp hoặc tạo điều kiện cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản. Ví dụ: chúng tôi có thể tiết lộ PHI cho cơ quan y tế công cộng được pháp luật cho phép tiến hành giám sát y tế công cộng.

“Chăm sóc sức khỏe sinh sản” có nghĩa là dịch vụ chăm sóc sức khỏe, theo định nghĩa của HIPAA, ảnh hưởng đến sức khỏe của một cá nhân trong mọi vấn đề liên quan đến hệ thống sinh sản cũng như chức năng và quá trình của hệ thống này.

XI. Than phiền

Nếu quý vị nghĩ rằng chúng tôi đã không bảo vệ PHI của quý vị, quý vị có quyền nộp đơn than phiền với chúng tôi, bằng cách liên lạc với chúng tôi tại:

L.A. Care Member Services
1200 West 7th Street,
Los Angeles, CA 90017
Ban Dịch Vụ Hội Viên của Medi-Cal: **1-888-839-9909**
Ban Dịch Vụ Hội Viên Được Đài Thoại/Trực Tiếp của L.A. Care: **1-855-270-2327**
Ban Dịch Vụ Hội Viên của PASC-SEIU: **1-844-854-7272**
Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**
TTY/TDD: **711**

Quý vị cũng có thể nộp đơn than phiền cho Văn Phòng Dân Quyền (Office for Civil Rights) của Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ (U.S. Department of Health and Human Services) bằng cách truy cập **www.hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/complaints/**.

Hội Viên Medi-Cal cũng có thể liên hệ Văn Phòng Tuân Thủ Đạo Luật về Trách nhiệm Giải Trình và Cung Cấp Thông Tin Bảo Hiểm Y Tế (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) của Sở Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe California (California Department of Health Care Services), bằng cách truy cập **dhcs.ca.gov**.

XII. Không Lo Sợ Khi Thực Thi Quyền của Quý Vị

L.A. Care sẽ không thực hiện bất kỳ hành động nào chống lại quý vị vì đã sử dụng quyền riêng tư trong thông báo này hoặc nộp đơn than phiền.

XIII. Ngày Hiệu Lực

Ngày hiệu lực ban đầu của thông báo này là ngày 14 tháng 4 năm 2003. Thông báo này được sửa đổi gần đây nhất vào ngày 15 tháng 7 năm 2025

XIV. Liên Hệ Với Chúng Tôi, Có Thắc Mắc hoặc nếu quý vị muốn nhận thông báo này bằng ngôn ngữ hoặc định dạng khác:

Nếu quý vị có thắc mắc về thông báo này, hoặc muốn được giúp đỡ thực thi quyền của quý vị, hoặc muốn nhận thông báo này ở một ngôn ngữ chính khác (tiếng Ả Rập, tiếng Armenia, tiếng Trung, tiếng Ba Tư, tiếng Khmer, tiếng Hàn, tiếng Nga, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Tagalog hoặc tiếng Việt), bản in cỡ chữ lớn, định dạng âm thanh hoặc những định dạng khác (theo yêu cầu) miễn phí, vui lòng gọi điện hoặc gửi thư cho chúng tôi tới:

L.A. Care Member Services
1200 West 7th Street,
Los Angeles, CA 90017

Ban Dịch Vụ Hội Viên của Medi-Cal: **1-888-839-9909**

Ban Dịch vụ Hội viên Được Đài Thọ/Trực Tiếp của L.A. Care: **1-855-270-2327**

Ban Dịch Vụ Hội Viên của PASC-SEIU: **1-844-854-7272**

Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**

TTY/TDD: **711**

hoặc

L.A. Care Privacy Officer
L.A. Care Health Plan
1200 West 7th Street,
Los Angeles, CA 90017

Ban Dịch Vụ Hội Viên của Medi-Cal: **1-888-839-9909**

Ban Dịch vụ Hội viên Được Đài Thọ/Trực Tiếp của L.A. Care: **1-855-270-2327**

Ban Dịch Vụ Hội Viên của PASC-SEIU: **1-844-854-7272**

Ban Dịch Vụ Hội Viên của L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP): **1-833-522-3767**

TTY/TDD: **711**

Email: **PrivacyOfficer@lacare.org**

THÔNG BÁO VỀ QUY ĐỊNH KHÔNG KỶ THỊ

Phân biệt đối xử là trái với pháp luật. L.A. Care Health Plan tuân thủ các luật dân quyền của Tiểu Bang và Liên Bang. L.A. Care Health Plan không phân biệt đối xử trái pháp luật, không loại trừ ai hay đối xử khác biệt với họ vì lý do giới tính, chủng tộc, màu da, tôn giáo, tổ tiên, nguyên quán, nhận diện nhóm dân tộc, tuổi tác, khuyết tật tâm thần, khuyết tật thể chất, bệnh trạng, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân, giới, nhận dạng giới tính hay xu hướng giới tính.

L.A. Care Health Plan cung cấp:

- Thiết bị hỗ trợ và dịch vụ miễn phí kịp thời cho người khuyết tật để giúp họ giao tiếp hiệu quả hơn, như:
 - ✓ Thông dịch viên đủ trình độ chuyên môn về ngôn ngữ ra dấu
 - ✓ Thông tin bằng văn bản bằng các hình thức khác (chữ in khổ lớn, băng thu âm, các hình thức bằng điện tử có thể sử dụng được, các hình thức khác)
- Các dịch vụ ngôn ngữ miễn phí kịp thời cho người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, chẳng hạn như:
 - ✓ Thông dịch viên đủ trình độ chuyên môn
 - ✓ Thông tin dạng văn bản bằng các ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần những dịch vụ này, vui lòng liên lạc với L.A. Care Health Plan 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, bằng cách gọi tới **1-833-522-3767**. Nếu quý vị không thể nghe hoặc nói tốt, vui lòng gọi **TTY 711**. Theo yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp cho quý vị dưới dạng chữ nổi braille, bản in cỡ chữ lớn, băng cát-xét âm thanh hoặc dưới dạng điện tử. Để có được một bản ở một trong các định dạng thay thế này, vui lòng gọi hoặc gửi thư tới:

L.A. Care Health Plan
Member Services Department
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017

1-833-522-3767 TTY: 711

CÁCH THỨC NỘP ĐƠN KHIẾU NẠI

Nếu quý vị tin rằng L.A. Care Health Plan đã không cung cấp các dịch vụ này hoặc đã phân biệt đối xử trái pháp luật theo cách khác do giới tính, chủng tộc, màu da, tôn giáo, tổ tiên, nguyên quán, nhận diện nhóm dân tộc, tuổi tác, khuyết tật tâm thần, khuyết tật thể chất, bệnh trạng, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân, giới, nhận dạng giới tính hay xu hướng giới tính, quý vị có thể nộp đơn khiếu nại với Giám Đốc Phụ Trách Vấn Đề Tuân Thủ của L.A. Care Health Plan. Quý vị có thể nộp đơn khiếu nại qua điện thoại, bằng thư, bằng cách gặp trực tiếp hoặc gửi qua phương tiện điện tử:

- Qua điện thoại: Vui lòng liên lạc với Giám Đốc Phụ Trách Vấn Đề Tuân Thủ của L.A. Care Health Plan, 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày trong tuần, kể cả ngày lễ, bằng cách gọi tới **1-833-522-3767**. Hoặc, nếu quý vị không thể nghe hoặc nói tốt, vui lòng gọi tới **TTY 711**.
- Bằng thư: Điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư và gửi về:

L.A. Care Health Plan
Chief Compliance Officer
1200 West 7th Street
Los Angeles, CA 90017

Email: civilrightscoordinator@lacare.org

- Trực tiếp: Vui lòng đến văn phòng bác sĩ hoặc L.A. Care Health Plan và nói rằng quý vị muốn nộp đơn khiếu nại.
- Bằng phương tiện điện tử: Truy cập trang mạng của L.A. Care Health Plan tại www.lacare.org/members/member-support/file-grievance/grievance-appeal-form hoặc gửi email tới civilrightscoordinator@lacare.org.

VĂN PHÒNG DÂN QUYỀN – BỘ Y TẾ VÀ DỊCH VỤ NHÂN SINH HOA KỲ

Nếu quý vị cho rằng mình đã bị phân biệt đối xử trên cơ sở chủng tộc, màu da, nguyên quán, tuổi tác, tình trạng khuyết tật hoặc giới tính, quý vị cũng có thể gửi đơn khiếu nại về dân quyền tới Văn Phòng Dân Quyền thuộc Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ qua điện thoại, bằng thư hoặc bằng phương tiện điện tử:

- Qua điện thoại: Gọi số **1-800-368-1019**. Nếu quý vị không thể nói hoặc nghe tốt, vui lòng gọi tới số **TTY/TDD 1-800-537-7697**.
- Bằng thư: Quý vị hãy điền thông tin vào đơn khiếu nại hoặc viết thư gửi về:

**U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201**

Mẫu đơn khiếu nại được cung cấp trên trang <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- Bằng phương tiện điện tử: Truy cập Cổng Tiếp Nhận Khiếu Nại thuộc Văn Phòng Dân Quyền tại <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

L.A. Care Medicare Plus (HMO D-SNP) là một chương trình bảo hiểm sức khỏe có hợp đồng với cả hai chương trình Medicare và Medi-Cal để cung cấp quyền lợi của cả hai chương trình cho người ghi danh. Việc ghi danh vào L.A. Care Medicare Plus tùy thuộc vào việc tái ký kết hợp đồng.

Thông Báo về Tình Trạng Sẵn Có

English Tagline

ATTENTION: If you need help in your language, call **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1-833-522-3767** (TTY: **711**). These services are free.

الشعار بالعربية (Arabic)

يُرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ **3767-522-833-1** (TTY: **711**). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريـل والخط الكبير. اتصل بـ **3767-522-833-1** (TTY: **711**). هذه الخدمات مجانية.

Հայերեն պիտակ (Armenian)

ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք **1-833-522-3767** (TTY: **711**): Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Զանգահարեք **1-833-522-3767** (TTY: **711**): Այդ ծառայություններն անվճար են:

简体中文标语 (Chinese)

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1-833-522-3767** (TTY: **711**)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1-833-522-3767** (TTY: **711**)。这些服务都是免费的。

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi)

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)। ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

हंदी टैगलाइन (Hindi)

ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो **1-833-522-3767** (TTY: **711**) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। **1-833-522-3767** (TTY: **711**) पर कॉल करें। ये सेवाएं निःशुल्क हैं।



Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong)

CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

日本語表記 (Japanese)

注意日本語での対応が必要な場合は **1-833-522-3767** (TTY: **711**) へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。 **1-833-522-3767** (TTY: **711**) へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

한국어 태그라인 (Korean)

유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. **1-833-522-3767** (TTY: **711**) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

ແທກໄລພາສາລາວ (Laotian)

ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໄດ້ທາດ **1-833-522-3767** (TTY: **711**). ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ມີອັກສອນນູແລະມັດຕິພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໄດ້ທາດ **1-833-522-3767** (TTY: **711**). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ຕ້ອງເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien Tagline (Mien)

LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Liouh lorx jauvlouc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx

ប្តូរសម្គាល់ជាភាសាខ្មែរ (Cambodian)

ចំណាំ៖ បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)។ ជំនួយ និង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរធុន សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរពុម្ពធំ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ **1-833-522-3767** (TTY: **711**)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

مطلب به زبان فارسی (Farsi)

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با **3767-522-833-1** (TTY: **711**) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با **3767-522-833-1** (TTY: **711**) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

Русский слоган (Russian)

ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Такие услуги предоставляются бесплатно.

Mensaje en español (Spanish)

ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al **1-833-522-3767** (TTY: **711**). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Estos servicios son gratuitos.

Tagalog Tagline (Tagalog)

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Libre ang mga serbisyonang ito.



แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai)

โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1-833-522-3767** (TTY: **711**) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข **1-833-522-3767** (TTY: **711**) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Примітка українською (Ukrainian)

УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Ці послуги безкоштовні.

Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese)

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số **1-833-522-3767** (TTY: **711**). Các dịch vụ này đều miễn phí.



L.A. Care
Medicare Plus[™]
(HMO D-SNP)



1.833.LAC.DSNP (522.3767) TTY: 711



medicare.lacare.org