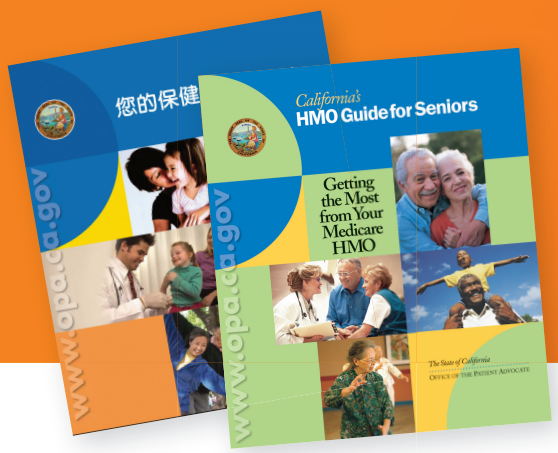
如何更好地利用您的保健計劃

www.opa.ca.gov

OPA提供有助於您從您的保健計劃中獲得最大利益的有關資訊。



您可免費獲得更多資訊或索取資料

- 如何利用您的保健計劃指南
- 年長者HMO指南
- 表格、海報、視頻和其他手冊
- 參考資料和其他資源

需要有關保健計劃的幫助或有相關問題嗎？

如果您是HMO成員，
可致電DMHC幫助中心：
1-888-466-2219

如果您是：

- B藍十字PPO或藍盾PPO計劃成員，請致電DMHC幫助中心：
  1-888-466-2219
- 所有其他PPO成員，
  請致電保險部：
  1-800-927-4357

如果您有Medicare,，請致電HICAP：
1-800-434-0222

如果您有Medi-Cal管理式護理計劃，
請致電Medi-Cal申訴專員：
1-888-452-8609

如果您不確定應致電何方，
請聯絡OPA：
1-866-466-8900

保健計劃基本知識

如果您了解保健計劃的基本知識，
您就可以獲得更好的護理並節省金錢。
您可向醫生或您的保健計劃了解：

- 您的計劃中所包含服務的清單。
- 計劃中所有醫生、醫院和化驗室的清單。
- 在必要時獲得其他服務的轉介信。
- 當您需要前往名單外醫生處就診時該怎麼做的資訊，並詢問這麼做的費用是多少。

要求以您使用的語言提供服務

保健計劃必須為不使用英語的成員免費提供協助。

- 當您前往醫生處就診、在化驗室、接受心理健康護理和其他類型的就診時，可要求提供持證傳譯員。
- 索要您所使用語言的資料，如同意書、治療計劃以及有關您藥物的資訊。
- 索要會使用您的語言的醫生名單。

您擁有病患權利。您可以.....

- 選擇您信任的醫生。
- 如果對您的醫生不滿意，可以換成別的醫生。
- 索要有關您健康問題的書面診斷書或描述。
- 對於嚴重的健康問題，可徵求其他醫生的意見。
- 接收或拒絕為您提供的治療，包括手術和藥物。
- 獲得您病歷的複本（您可能必須支付複印費用）。
- 要求解釋手術、治療或藥物的副作用。
- 在就診時找人陪同前往以提供支持。

瞭解OPA

保健計劃費用-應了解的重要名詞

保費 是您為保留您的保險而每月支付的金額。您的僱主或政府可為您支付全部或部分保費。

扣減額 是在您的保健計劃開始之前，您每年向您投保的保健服務所支付的金額。

共同支付 是您每次就診或開處方時所支付的一筆費用，如20美元。

共同保險 是您為一項服務所支付的一部份費用。該金額通常是全部金額的一個百分比，如20%。

終生及年度限額 大部分保健計劃不再可以規定您受益的終生費用限額。年度限額也將於2014年結束。

取消醫療保險 保健計劃不得因為您需要昂貴的治療而取消您的醫療保險。然而，如果您未能支付保費，或者未能誠實地填寫申請表，您的保險可能會被取消。

緊急狀況時該怎麼做？

- 打電話給 9-1-1，或前往最近的急診室。
- 如果您需要緊急護理，您的保健計劃必須承擔這些費用，不論您去何處治療。您可能必須支付共同支付費用。
- 如果您前往急診室，但卻不是緊急病情，您可能不得不自行支付帳單。
- 如果等待治療可能會危及您的生命或身體的一部分，這就是緊急狀況。受傷或突發疾病可以是緊急狀況。

保健計劃利益

利益就是您的保健計劃在需要時所承擔的服務。加州的保健計劃通常承擔以下基本服務：

- 醫生及特別約診
- 急診及醫院護理
- 心理健康護理
- 化驗室化驗及篩檢
- 手術
- 物理治療
- 預防保健：大多數保健計劃現在必須承擔很多預防保健服務的費用，而不向您收取額外的費用。預防保健包括疫苗、計劃生育、兒童健康檢查和其他服務。

您和您的醫生看診

- 在前往就診前列出問題清單。
- 儘可能多地將您的健康狀況告訴您的醫生。

請前往 www.opa.ca.gov，下載免費的健康工作紙。

2014年的醫療改革變化

醫療改革的變化將使獲得負擔得起的保險變得風加容易。對於收入中低等的人士可以提供稅收抵免。如需瞭解更多資訊，請訪問 www.healthcare.gov

您可以多久看一次醫生？

HMO和部份PPO（藍十字或藍盾）必須在下列時間內提供就診服務：

- 對於緊急護理，您應在48小時內獲得約診，如需事先批准，您應在96小時內獲得約診。
- 對於常規護理，您應在2-3週內獲得約診。

當您就健康問題致電您的醫生時，醫生或護士應在30分鐘內回覆您的電話。如需了解更多有關約診時間的限制，請訪問 www.dmhc.ca.gov/timely_access

已有疾病

如果您有已經存在的身體問題，了解這些很重要：

- 您因您的工作而獲得的醫療保險必須為您承保，即使您已患有糖尿病、心臟病或癌症等疾病。
- 個人保健計劃可以拒絕為您承保或收取更高的保費。從2014年起將不再允許這些做法。
- 大多數計劃不得拒絕為患有疾病的兒童承保。然而，在2014年前，這些計劃可以收取更高的保費。
- 如果您在購買醫療保險時遇到困難，加州為患有嚴重身體疾病的人士提供兩種方案：PCIP和MRMIP。如需了解更多資訊，請致電 1-800-289-6574，或訪問 pcip.ca.gov