精神或行為健康醫護，您該知多少

親愛的HMO會員，

包括小孩在內有很多人都有憂慮或焦慮等方面的精神健康問題。尋求幫助很重要。我們製作這份傳單幫您們瞭解並運用健保計畫的精神和行為健康醫護服務。

謹此，病人權益宣導室

您的健保計畫涵蓋那些?

請打電話給您的計畫或行為健康醫護提供者。電話號碼印在您的會員證上。

該問的問題

1. 涵蓋那些輔導或心理治療服務?我多久能獲得一次服務?需繳多少費用?
2. 是否涵蓋治療精神問題的處方藥物?需繳多少費用?
3. 精神健康治療方面有那些醫院福利及需繳多少費用?
4. 我能獲得酗酒或藥物濫用治療嗎?
5. 有那些互助團體及幫助我戒煙、解憂或舒緩壓力的課程?
6. 我的孩子能得到那些服務?
7. 我能看那類精神健康專科醫生?
8. 我需要從我的全科醫生處索取轉診介紹嗎?

您的全科醫生

您的醫生能開治療焦慮及憂慮的處方藥物。

如果您需要更多協助，您的醫生能幫您轉診介紹。

選擇一位精神健康專科人士

精神健康專科包括臨床心理治療師、社工人員、婚姻和家庭治療師及精神科醫師。

- 向您的醫生或健保計畫要一份精神健康專科名單。
- 詢問那個專科人士會說您的語言
- 您可以向計畫詢問您需要的方面/專科有那些專科人士。

如果您不滿意，您可以更換別的精神健康專科人士。

精神健康專科服務

專科醫護服務是從家庭治療師、心理治療師或精神科醫師等健康專科醫師提供的醫療。

健保計畫涵蓋右列嚴重問題的專科醫護。其他問題的專科醫護可能會有限制。例如，如果您沒有任何所列的問題，每年看心理治療師的次數可能會有限制。

嚴重問題

如果您有下列任何一種狀況，您有權為您的狀況獲得所需的醫療。您的福利與您醫療狀況的福利類似。您的共付額與您看醫療專科醫師的共付額一樣。您精神健康藥物的共付額與您其他藥物的共付額一樣。

- 精神分裂症
- 分裂情感性疾患
- 重度憂鬱症
- 強迫性疾患
- 雙極性疾患
- 神經性厭食症及食慾過旺症
- 恐慌性疾患

廣泛性發展障礙或兒童某些嚴重的情緒障礙

雖然Medi-Cal也涵蓋嚴重精神健康狀況的醫療，可是Medicare提供較多的有限涵蓋。

那種治療適合您？

可能要花一段時間才能找到對您最有效的治療方式。如果您的醫生為您開處方藥物，請詢問可能的副作用。如果您有不適的副作用，或您的藥物似乎不起效用，請告訴您的醫生。也許您可以試其他的藥物。或要求轉診看精神健康專科。

常見的問題

我找不到一位提供者（或我不能在合理的時間內預約就醫）。

有些健保計畫，尤其是在鄉下，很難找到一位精神健康專科。如果您找不到，您可以向您的計畫要求核准去看醫療網外的專科。您也可以向您的計畫抱怨。請看下一欄。

我不認為我的狀況得到適當的治療。

您可以要求您的計畫為您找一位合格且對您的狀況有經驗的精神健康專科。如果您的計畫不能協助您，您可以提出抱怨。

我的計畫沒有充分授權讓我獲得足夠的醫療。

如果您的健保計畫拒絕部份或所有提供者建議的治療，它必須給您一份清楚列出拒絕理由的書面解釋。如果您不滿意所列理由，您可以向計畫提出抱怨。如果您的計畫繼續拒絕您的要求，您可以向HMO的協助中心要求一個獨立的醫療審核。

加州法律保障您的權利

- 您有權受到尊嚴的對待。
- 您有權瞭解您的精神健康醫療。要求用簡單的英語或您的語言作解釋。
- 您可以要求一份書面診斷報告（描述您的問題）。
- 您可以針對精神健康問題要求第二醫生意見。
- 您有權接受或拒絕精神健康醫療。
- 您的提供者和您的計畫必須維持您精神健康紀錄的隱密性。
- 您能夠拿到一份您的精神健康紀錄。您可能需支付取得病歷的費用。

如何提出抱怨？

有時您的計畫不會批准您想要的服務，或您必須等很長的時間才可以預約到。如果遇到這種狀況：

- 您可以向您的計畫提出抱怨。打電話給您的計畫並告知您想要提出抱怨。
- 您也可以向加州HMO協助中心提出抱怨。這是監管HMO的州立機構。它每週七日， 每日24小時以多種語言提供服務。

■ ***California HMO Help Center***
(加州HMO協助中心)

1-888-466-2219

1-877-688-9891 (聽力殘障人士專線)

更多資料

■ ***Office of the Patient Advocate***
(病人權益宣導室)

我們是州立機構，提供教育資料幫助健保計畫會員瞭解及使用他們的健康醫護服務。打電話訂購多種語言的免費資料。

1-866-466-8900

1-866-499-0858
(聽力殘障人士專線)

www.opa.ca.gov

■ ***Mental Health Association in California***
(加州精神健康協會)

為有精神健康問題人士提供資料及宣導

1-916-557-1167

1-800-273-8255 (全國熱線)

www.mhac.org

■ *NAMI California*
(NAMI加州)

為嚴重精神病患家屬提供資料、宣導及支持。為精神健康服務業客戶設立專案。

1-916-567-0163

1-800-950-6264（全國熱線）

www.namicalifornia.org

THE PATIENT ADVOCATE