

ЛЕТО 2021 Г.

Стр. 2

Медицинское оборудование для использования на дому от плана РНС

Что нужно знать о повышенном артериальном давлении?

Часто задаваемые вопросы о медицинском измерительном оборудовании для участников

Стр. 3

Новый рецепт полезного блюда!

Вы знали, что можно попасть на телемедицинский прием специалиста, не выходя из дома?

Часто задаваемые вопросы о телемедицинском приеме специалиста на дому

Ваши поставщики медицинских услуг работают вместе в интересах вашего здоровья

Стр. 4

Отдел обслуживания участников плана РНС (800) 863-4155

Есть ли у вас какая-либо другая медицинская страховка?

Узнайте о диабете

Лабораторные услуги

Обновление списка покрываемых РНС лекарств

Что такое первичная оценка состояния здоровья?

Запишитесь на профилактический осмотр ребенка, чтобы сохранить и укрепить здоровье вашего ребенка

Стр. 5

Телемедицинские приемы специалиста-педиатра

Информация о врачах плана РНС

Мошенничество, связанное с услугами Medi-Cal

Справочник участника плана РНС

Права и обязанности участников

Заявление о соблюдении конфиденциальности

Фармацевтический справочник РНС

Стр. 6

Защитите своего ребенка от отравления свинцом

Будьте готовы к чрезвычайным ситуациям: полезные советы

Что такое подразделение организации медицинского обслуживания?

Ежегодное заявление о раскрытии информации

Администрация плана РНС понимает, что некоторые услуги могут быть недостаточно востребованы, и принимает меры для выявления таких случаев. Решения, принимаемые РНС, основаны на уместности предоставления таких услуг и наличия страхового покрытия. РНС никаким образом не поощряет поставщиков услуг, консультантов или персонал за отказ в предоставлении участникам плана услуг, подходящих им с медицинской точки зрения, или за отказ в страховом покрытии таких услуг. ❖

PARTNERSHIP



HEALTHPLAN
of CALIFORNIA
A Public Agency

P.O. Box 15557
Sacramento, CA 95852-5557
(800) 863-4155
(800) 735-2929 (TTY)

www.partnershiphp.org

PRSR STD
U.S. POSTAGE
PAID
SACRAMENTO, CA
PERMIT NO. 1849



Вместе заботимся о вашем
ЗДОРОВЬЕ

Где сделать прививку против Covid-19

- Прививку против COVID-19 можно получить во многих местах — у своего врача, в центрах здоровья, клиниках департамента здравоохранения округа и даже в ближайшей аптеке. Вы можете обратиться в местную аптеку за прививкой против COVID-19, даже если вы не приобретаете лекарства в этой аптеке.
- Во многих аптеках, таких как Walgreens, CVS, Rite-Aid и Safeway, вакцинация против COVID-19 проходит ежедневно. В большинстве аптек вам будет предложено записаться на прививку через веб-сайт или мобильное приложение/ Вы также можете позвонить в аптеку, чтобы записаться на прививку.



Получить прививку против COVID-19 в местной аптеке очень легко. Запишитесь на прививку сегодня. Вакцинируясь против COVID-19, вы сможете защитить себя и окружающих! ❖

В ближайшее время будут предлагаться запирающиеся колпачки для безопасного хранения опиатных препаратов

Опиатные препараты выписывают для обезболивания, как при острой боли, так и при хронической. Применение опиатов безопасно только в том случае, если их принимает человек, которому они были прописаны. Прием опиатов без назначения врача имеет опасные последствия.

Наличие дома отпускаемых по рецепту опиатов повышает риск того, что их могут принять дети или подростки, для которых эти препараты не предназначены. По правилам отпускаемые по рецепту опиаты следует хранить в недоступном для других месте. Хранение этих препаратов в сейфе или во флаконе со специальной крышкой уменьшает риск того, что опиаты примут люди, которым они не предназначены. (Примечание: эти специальные запирающиеся крышки отличаются от колпачков для защиты детей, которыми часто закрывают флаконы с лекарствами.)

План Partnership HealthPlan of California (РНС) совместно с компанией MedImpact работает над тем, чтобы участники плана могли получать запирающиеся крышки или мини-сейфы при приобретении опиатного препарата по рецепту в своей аптеке. Мы сообщим врачам и аптекам, как заказывать запирающиеся крышки или мини-сейфы для безопасного хранения рецептурных лекарств. РНС планирует, что запирающиеся крышки или мини-сейфы будут доступны в аптеках к осени 2021 г. Попросите своего врача или аптеку сообщить вам, когда начнется выдача запирающихся крышек или мини-сейфов ❖

Медицинское оборудование для использования на дому в рамках плана РНС

Знаете ли вы о возможности получить медицинское оборудование, которое можно использовать дома при лечении своих заболеваний? Ниже перечислены доступные типы оборудования, которое можно получить, если по мнению вашего врача вы нуждаетесь в лечении на дому.

- **Тонومتر:** для измерения давления при гипертонии или других нарушениях
- **Увлажнитель воздуха:** применяется при лечении симптомов крупа или других простудных заболеваний и гриппа
- **Ингалятор-небулайзер:** для лечения симптомов астмы, ХОБЛ или других хронических (пожизненных) нарушений дыхания
- **Пульсоксиметр:** для контроля состояния при хронических заболеваниях сердца или легких
- **Детские весы:** для детей до 2 лет со сниженным весом
- **Цифровые весы:** для контроля веса при необходимости похудеть или набрать вес
- **Цифровой термометр:** для выявления признаков повышенной температуры и инфекции
- **Паровой ингалятор:** для лечения заложенности носа и других проблем дыхания

Врач может попросить план РНС отправить вам новые детали для используемого вами оборудования, если старые сломались или износились. Врач может попросить план РНС отправить вам манжету для тонометра вашего размера, если имеющаяся манжета не подходит. Вы также получите инструкцию по применению предоставленного оборудования на предпочтительном для вас языке.

Когда врач посылает в план РНС запрос об отправке вам оборудования, вы должны получить его в течение 5–7 дней. Вы можете получить его быстрее, если, по мнению врача, вы в этом нуждаетесь.

Позвоните своему врачу и узнайте, можете ли вы получить какое-либо медицинское оборудование в рамках плана РНС! ❖

Что нужно знать о повышенном артериальном давлении?

Артериальное давление — это сила, с которой кровь давит на стенки артерий. По артериям кровь перемещается от сердца к другим органам. Артериальное давление может повышаться и снижаться в течение дня в зависимости от того, чем вы занимаетесь.

Этот показатель записывается в виде двух чисел. Первое число представляет собой давление в артериях в момент сердечного толчка (биения сердца). Это — систолическое артериальное давление. Второе число — давление в артериях, когда сердце находится в состоянии покоя между биениями. Это — диастолическое артериальное давление.

В норме артериальное давление составляет 120 (систолическое) на 80 (диастолическое). Если артериальное давление существенно превышает норму, это может быть признаком артериальной гипертензии.

Артериальная гипертензия (или просто гипертензия) — это повышение артериального давления выше нормы. При повышенном артериальном давлении возникает риск развития других заболеваний, таких как ишемическая болезнь сердца или инсульт.

Повышение артериального давления происходит бессимптомно. Единственный способ узнать, нет ли у вас гипертензии — обратиться к поставщику медицинских услуг, чтобы измерить артериальное давление. **Узнайте у своего врача, можете ли вы получить тонометр для использования на дому, чтобы иметь возможность самостоятельно измерять артериальное давление.**

Изменение образа жизни помогает снизить высокое артериальное давление:

- Поддерживайте нормальный вес
- Занимайтесь физической активностью
- Питайтесь здоровой пищей
- Ограничьте потребление соли
- Откажитесь от курения
- Справляйтесь со стрессом

Некоторым людям для поддержания артериального давления в норме необходимо принимать лекарства. Если вы принимаете лекарства от артериальной гипертензии, важно чаще посещать своего поставщика медицинских услуг. ❖



Часто задаваемые вопросы о медицинском измерительном оборудовании

1. Какие виды оборудования РНС предлагает своим участникам?

РНС бесплатно предоставляет своим участникам тонометры, увлажнители воздуха, ингаляторы-небулайзеры, пульсоксиметры, весы, термометры и паровые ингаляторы.

2. Как получить такое оборудование?

Участнику следует обратиться к своему основному поставщику медицинских услуг (PCP), чтобы узнать, полагается ли ему медицинское оборудование. После этого PCP может послать запрос на предоставление такого оборудования в план РНС.

3. Доступно ли оборудование всем участникам плана РНС?

Все участники плана РНС могут получить оборудование, если они соответствуют перечисленным ниже правилам.

Тип оборудования	Критерии
Тонومتر	Участники плана РНС в возрасте 6 лет и старше
Увлажнитель воздуха	Участники плана РНС в возрасте 12 лет и младше
Ингалятор-небулайзер	Все участники плана РНС
Пульсоксиметр	Участники плана РНС в возрасте 12 лет и старше
Детские весы	Участники плана РНС в возрасте младше 2 лет и весом менее 18 килограммов (40 фунтов)
Цифровые весы	Участники плана РНС весом 149 килограммов (330 фунтов) и менее
Термометры	Все участники плана РНС
Паровые ингаляторы	Все участники плана РНС

4. Если я получу у своего основного поставщика медицинских услуг оборудование, как мне научиться им пользоваться?

Каждый прибор сопровождается руководством для пользователя и инструкцией по применению. Если у вас возникнут вопросы или потребуется помощь, обращайтесь к своему основному поставщику медицинских услуг.

5. Что делать, если я получу неисправное оборудование?

Сообщите своему PCP, что оборудование неисправно и вам нужно заменить его на новое. Ваш PCP отправит в план РНС запрос, чтобы вам прислали новое оборудование.

6. Что делать, если я не получил(-а) оборудование?

Сообщите об этом своему PCP. Проверьте, есть ли у PCP ваш правильный почтовый адрес. Ваш PCP позвонит в план РНС, и вам будет отправлено новое оборудование.

7. Если у меня нет постоянного адреса, смогу ли я получить оборудование?

Да, сможете. Сообщите своему PCP, и позже вы сможете забрать оборудование из его кабинета или клиники.

8. Сколько времени займет доставка оборудования?

Оборудование отправляется по почте USPS и обычно доставляется за 5–7 дней.

9. Понадобятся ли мне батареи?

Оборудование, для использования которого нужны батареи, поставляется вместе с ними. Вам нужно будет покупать новые батареи на замену разрядившимся.

10. Какие батареи потребуются для моего оборудования?

Подходящий тип батарей указывается в руководстве пользователя и инструкции по применению. Если вы не получили эти документы вместе с оборудованием, позвоните своему PCP. ❖

Новый рецепт полезного блюда!

Вегетарианский суп



Прекрасный способ использования летних овощей!

Время приготовления — 1 час. Всего 8 порций

Ингредиенты

- 3 чашки воды
- 1 овощной бульонный кубик, с низким содержанием натрия
- 2 чашки белого картофеля, нарезанного соломкой толщиной 5 см
- 2 чашки шинкованной моркови
- 4 чашки кабачков, нарезанных кубиками величиной 2,5 см
- 425 грамм (15 унций) сладкой кукурузы (если консервированная, слить жидкость и промыть)
- 1 чайная ложка тимьяна
- 2 зубчика чеснока (измельченного)
- 1/2 маленького жгучего перца, мелко порубленного (по желанию)
- 1 чашка мелко порубленного лука
- 1 чашка накрошенных помидоров

Приготовление

- Налейте воду в большую кастрюлю, добавив бульонный кубик, и доведите до кипения.
- Добавьте картофель и морковь, варите на медленном огне 5 минут.
- Добавьте все остальные ингредиенты, кроме помидоров. Продолжайте варить на среднем огне в течение 20 минут.
- Добавьте помидоры и готовьте еще 5 минут.
- Снимите с огня и подождите 10 минут, чтобы суп загустел.

Пищевая ценность:

- Размер порции: 1 чашка
- Общая калорийность: 119
- Общее содержание жиров: 1 г
- Натрий: 196 мг
- Углеводы: 27 г
- Белки: 4 г

Рецепт с веб-сайта www.eatfresh.org ❖

Вы знали, что можно попасть на телемедицинский прием к специалисту, не выходя из дома?

Когда основной поставщик медицинских услуг (PCP) направляет вас к специалисту, существует возможность попасть к нему на прием, не выходя из дома.

Это называется телемедицинский прием. Телемедицинские приемы проводятся через интернет. Для этого можно использовать настольный компьютер, ноутбук, планшет или смартфон. Благодаря использованию интернета вы можете находиться дома, вместо того, чтобы отправляться в кабинет врача.

Во время телемедицинского приема специалист поможет удовлетворить ваши потребности в медицинском обслуживании. Вместе с вами он будет работать над тем, чтобы справиться с вашими симптомами.

Ваше здоровье и безопасность очень важны!

Узнайте у своего PCP, рекомендует ли он обратиться к специалисту на телемедицинский прием!

Процедура такова:

- Ваш PCP направляет вас к специалисту
- Специалист позвонит вам, чтобы договориться о приеме
- Помощник специалиста позвонит вам и объяснит, как загрузить приложение для проведения телемедицинского приема
- Когда наступит время приема, войдите в приложение, чтобы получить возможность встретиться со специалистом
- Если вам потребуется лекарство, специалист направит рецепт в выбранную вами аптеку

Если у вас возникнут проблемы с приложением или вам потребуется перенести прием:

Обратитесь по электронному адресу TM2UScheduling@telemed2u.com

Позвоните по номеру: (855) 446-8628 ❖



Часто задаваемые вопросы о телемедицинском приеме специалиста на дому

- Что представляет собой телемедицинский прием специалиста на дому?**

Если вам потребуется консультация специалиста, ваш поставщик медицинских услуг (PCP) даст вам направление, чтобы вы могли обратиться к специалисту лично или посредством телемедицины. Вы можете посетить телемедицинский прием специалиста из дома или другого места, где есть настольный компьютер, ноутбук, планшет или смартфон с выходом в интернет. Для этого вам потребуется подключиться к интернету. Поставщик услуг интернета может взимать за это дополнительную плату.
- Кто предоставляет услуги специалистов?**

Нашим партнером по телемедицинским услугам является компания TeleMed2U. Вы сможете пройти осмотр и получить лечение у врачей-специалистов компании, когда вам потребуется специализированная медицинская помощь.
- Подходит ли мне телемедицинский прием специалиста на дому?**

Если основной поставщик медицинских услуг (PCP) направляет вас к специалисту, спросите, можно ли организовать телемедицинский прием специалиста на дому. Это прекрасная возможность избежать поездки в медицинское учреждение. При планировании приема учитываются ваши интересы. Вы можете выбрать день и время, которые подходят вам. Возможно, что благодаря телемедицинскому приему вы сможете «встретиться» со специалистом раньше, чем если бы вы записались на личный прием.
- Обеспечивает ли план PHS страховое покрытие телемедицинских приемов специалиста на дому?**

План PHS покрывает такого рода приемы. Вам не придется платить за приемы специалистов компании TeleMed2U. План PHS не покрывает стоимость настольного компьютера, ноутбука, планшета или смартфона, необходимого для такого приема, и не покрывает счета от вашего поставщика услуг интернета.
- Что делать, если я не могу посетить телемедицинский прием специалиста на дому, потому что у меня нет настольного компьютера, ноутбука, планшета или смартфона?**

Если вы не можете посетить телемедицинский прием на дому по любой причине, сообщите своему PCP, что такой вид медицинского обслуживания вам не подходит. Ваш PCP выберет для вас другой вариант.
- Как будет проходить телемедицинский прием специалиста?**
 - Ваш PCP направит вас в компанию TeleMed2U
 - Сотрудник TeleMed2U позвонит, чтобы запланировать день и время приема
 - Сотрудник TeleMed2U покажет, как подготовиться к приему
 - В день приема вы при помощи своего устройства свяжетесь со специалистом
 - Если вам нужно будет получить лекарство, TeleMed2U направит его в аптеку для вас
- Куда звонить, если у меня возникнут дополнительные вопросы или мне нужно записаться на новый прием?**

Участники плана PHS могут звонить в компанию TeleMed2U по номеру (855) 446-8628
- Дает ли план PHS какие-либо советы, которые помогут мне подготовиться к телемедицинскому приему специалиста на дому?**

Участники плана PHS могут найти рекомендации о том, как подготовиться к приему на нашем веб-сайте по ссылке: http://www.partnershiphp.org/Members/Medi-Cal/Pages/Telehealth_Members.aspx ❖

Ваши поставщики медицинских услуг работают вместе в интересах вашего здоровья

Ваше психическое здоровье так же важно, как и физическое состояние. Здоровая психика помогает вам общаться с другими, строить и поддерживать отношения, справляться со стрессовыми жизненными ситуациями.

Ваш основной поставщик медицинских услуг (PCP), средний медперсонал и другие медицинские работники должны консультироваться друг с другом, чтобы обеспечить вам наилучшее обслуживание. Старайтесь всегда рассказывать каждому из обслуживающих вас медицинских работников о принимаемых вами лекарствах, а также о своем физическом и психическом здоровье.

Вы можете предоставить вашим поставщикам медицинских услуг возможность обсуждать друг с другом ваше лечение. Все, что вам нужно сделать, это подписать форму разрешения на координирование медицинского обслуживания. Этот документ позволит всем вашим поставщикам медицинских услуг вместе, единой командой, заботиться о вашем физическом и психическом здоровье.

Вы можете найти соответствующую форму на веб-сайте Beacon Health Options в разделе Treatment Coordination Forms (формы для координирования медицинского обслуживания) по этой ссылке: www.beaconhealthoptions.com/providers/beacon/forms/clinical-forms/

Когда ваши поставщики медицинских услуг взаимодействуют друг с другом, они стремятся к одной цели: предоставить вам наилучшую медицинскую помощь. ❖

Отдел обслуживания участников плана РНС (800) 863-4155

Звоните нам, если у вас возникнут проблемы или вопросы, связанные с медицинским обслуживанием. Мы работаем с понедельника по пятницу, с 8.00 до 17.00. Обращайтесь к нам за помощью по следующим вопросам:

- Для получения общей информации о ваших льготах на медицинское обслуживание
- Для выбора или смены врача или медицинской группы
- Чтобы получить новую идентификационную карточку участника РНС
- С вопросами или проблемами, касающимися счетов за медицинское обслуживание
- При возникновении проблем или жалоб, связанных с медицинским обслуживанием
- Чтобы записаться на прием к врачу
- Для получения услуг устного перевода
- Для получения информации о направлении или разрешении на лечение ❖

Есть ли у вас другая медицинская страховка?

Позвоните нам по номеру **(800) 863-4155**, чтобы сообщить о любых изменениях, касающихся вашей индивидуальной медицинской страховки, например предоставляемой работодателем, оплачиваемой вами в индивидуальном порядке или предоставляемой в рамках плана Senior Advantage. Если вы не поставите нас в известность о произошедших изменениях, возможны задержки с выдачей рецептурных лекарств или с записью на прием к врачу. ❖

Узнайте о диабете

Диабет — это заболевание, при котором вашему организму трудно извлекать энергию из принимаемой вами пищи. Также при диабете организм не в состоянии контролировать уровень глюкозы (сахара) в крови. Это приводит к нарушениям функций сердца, почек, глаз, кровеносных сосудов (вен) и нервов. Если у вас диабет, он останется с вами на всю жизнь.

Существует 2 типа диабета:

- Диабет 1 типа возникает, когда организм перестает вырабатывать инсулин для регулирования уровня сахара в крови. Данный тип встречается менее чем в одном случае из десяти и чаще распространен среди детей.
- Диабет 2 типа возникает, когда организм не использует производимый им инсулин. Это наиболее распространенный тип диабета, и он чаще встречается у взрослых. Человек с диабетом 2 типа, как правило, имеет избыточный вес, не занимается спортом и потребляет продукты, содержащие большое количество жиров и крахмала. Хорошая новость заключается в том, что вы можете предотвратить диабет 2 типа, поддерживая здоровый вес, регулярно занимаясь спортом и соблюдая сбалансированную диету.

Вредные последствия диабета можно уменьшить посредством контроля уровня глюкозы в крови, изменив диету и повысив уровень физической активности. Также для контроля диабета назначают противодиабетические лекарства и регулярные анализы крови.

Ваш основной поставщик медицинских услуг (РСП) поможет вам принять меры по предотвращению диабета и назначит правильное лечение, чтобы избежать неблагоприятных последствий этого заболевания. Спросите у своего РСП об обследованиях для выявления этого заболевания и его лечении. Вам будет легче спланировать здоровое питание при помощи веб-сайта My Plate по адресу myplate.gov. Если вам нужна помощь в приобретении полезных для здоровья продуктов питания, посетите страницу местных ресурсов для вашего округа на нашем веб-сайте partnershiphp.org. ❖



Лабораторные услуги

План РНС и некоторые из наших врачей работают по договору с определенными лабораториями для предоставления лабораторных услуг. Если врач направляет вас на лабораторное обследование, не забудьте узнать у него, в какую именно лабораторию вам следует обращаться. Если врач не располагает этой информацией, позвоните нам по номеру **(800) 863-4155**. ❖

Обновление списка покрываемых РНС лекарств

В рамках плана РНС каждые три месяца проводятся совещания с врачами и фармацевтами, чтобы обсудить список лекарств, страховое покрытие которых обеспечивает РНС. Иногда те или иные лекарства добавляются в этот список или исключаются из него. Чтобы узнавать об изменениях, касающихся покрываемых лекарств, или ознакомиться с полным списком лекарств, покрываемых планом РНС, вы можете воспользоваться приведенной ниже ссылкой. Если у вас есть вопросы, звоните нам по номеру **(800) 863-4155**. Участники, которые не имеют доступа к электронной версии списка лекарств, могут позвонить нам и заказать печатный экземпляр списка. Пользователи телетайпа (TTY) могут воспользоваться Службой переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру **(800) 735-2929** или набрав **711**.

Полный список покрываемых страховкой лекарств плана РНС:

http://www.partnershiphp.org/Providers/Pharmacy/Documents/Pharmacy%20Updates/2020/PHC_Medi-Cal_Formulary%202020.pdf

Изменения в списке покрываемых страховкой лекарств плана РНС (изменения со стороны комитета P&T):

<http://www.partnershiphp.org/Providers/Pharmacy/Pages/PT-Formulary-Changes.aspx> ❖



Что такое первичная оценка состояния здоровья?

Во время первичной оценки состояния здоровья (ИНА) ваш основной поставщик медицинских услуг (РСП) собирает информацию о ваших заболеваниях и медицинских потребностях. Прием у врача для первичной оценки состояния здоровья должен состояться в течение первых 120 дней после того, как вы станете участником плана РНС, или в течение первых 120 дней после смены РСП.

Во время этого приема РСП проведет общее медицинское обследование. Вам будет предложено заполнить анкету «Оценка поддержания здоровья», которая поможет РСП узнать о ваших медицинских потребностях. Он также задаст вам вопросы о заболеваниях, которые вы перенесли в прошлом. Все это поможет вашему РСП, при необходимости, облегчить вам доступ к другим ресурсам.

Прием у врача для проведения первичной оценки состояния здоровья важен и в том случае, когда у вас нет проблем со здоровьем. Он поможет вам познакомиться со своим РСП и получать наилучшее возможное медицинское обслуживание. ❖

Запишитесь на профилактический осмотр ребенка, чтобы сохранить и укрепить здоровье вашего ребенка

Вы знали, что для вашего ребенка предусмотрены ежегодные профилактические осмотры у основного поставщика медицинских услуг (РСП)? Эти приемы у врача важны для роста и развития ребенка. И они бесплатны для вас.

РСП вашего ребенка проверит его соответствие возрастным нормам роста и развития, состояние его зубов, проверит зрение, слух и нутриционный статус. Также во время профилактических осмотров производятся рекомендованные прививки, которые помогают защитить ребенка от болезней, и анализ крови на содержание свинца (детям в возрасте 12 и 24 месяцев). Если вашему ребенку меньше 6 лет, ему тоже могут сделать анализ крови на содержание свинца, если раньше такой анализ не выполнялся.

Позвоните РСП вашего ребенка сегодня, чтобы записаться на профилактический осмотр. Если у вас есть вопросы, звоните в отдел обслуживания участников по номеру **(800) 863-4155**, с понедельника по пятницу с 8.00 до 17.00 или по номеру телетайпа (TTY): **(800) 735-2929** или **711**. ❖

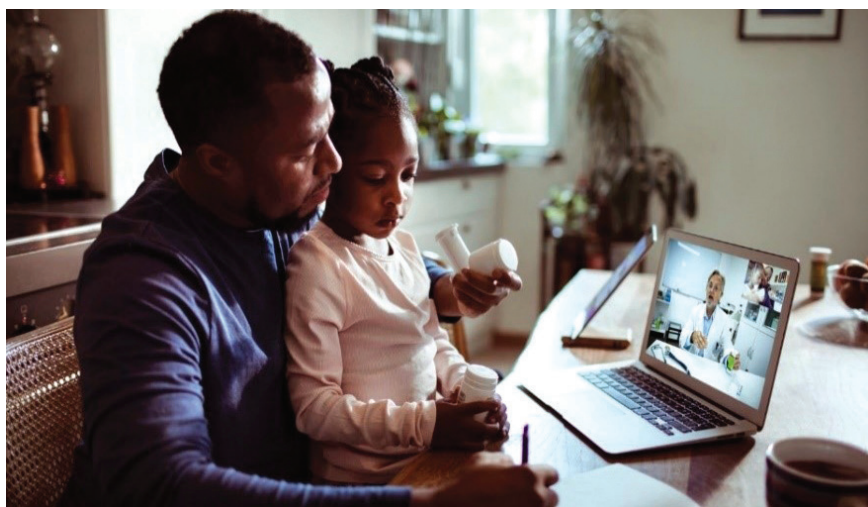
Телемедицинские приемы специалиста-педиатра

Теперь вы можете обращаться со своим ребенком к специалисту-педиатру при помощи телемедицины. План Partnership HealthPlan of California (PHC) совместно с UC Davis Health предлагает телемедицинские приемы специалиста-педиатра (детского врача) участникам плана PHC в возрасте до 20 лет.

Телемедицинские приемы специалиста-педиатра помогут:

- Получить доступ к услугам высококвалифицированных специалистов-педиатров
- Обеспечить более быстрый доступ к услугам специалистов для вашего ребенка
- Облегчить связь между вами, основным поставщиком медицинских услуг (PCP) вашего ребенка и врачом-специалистом
- Потратить меньше времени на дорогу, потому что вашего ребенка можно будет «показать» специалисту в местном отделении PCP

Узнайте у PCP вашего ребенка, подойдет ли вам телемедицинский прием специалиста-педиатра. ❖



Информация о врачах в рамках плана PHC

Вы можете связаться с нами или перейти к онлайн-справочнику поставщиков медицинских услуг по ссылке <http://www.partnershiphp.org/Members/Medi-Cal/Pages/Find-a-Primary-Care-Provider.aspx>, если вам нужно получить следующую информацию о враче:

- Имя и фамилия, адрес, телефонные номера
- Профессиональная квалификация
- Специализация
- В каком высшем медицинском учебном заведении обучался*
- Где проходил резидентуру*
- Аттестационный статус

*Если вы хотите получить информацию об образовании и профессиональном обучении своего врача или другого медицинского работника, ее можно найти на веб-сайте Медицинского совета штата Калифорния по адресу www.mbc.ca.gov, в разделе «Поиск лицензий» (License Search). Мы также можем предоставить вам эту информацию, если вы позвоните по номеру, указанному ниже.

Вы можете запросить копию справочника поставщиков медицинских услуг, позвонив по номеру (800) 863-4155. Для пользователей телетайпа (TTY): используйте Службу переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру (800) 735-2929 или набрав 711. ❖

Мошенничество, связанное с услугами Medi-Cal

Мошенничество связанное с услугами Medi-Cal ежегодно обходится налогоплательщикам в миллионы долларов, и это не позволяет нам и властям штата расширять перечень предоставляемых услуг.

В решении этой дорогостоящей проблемы нам необходимо содействие всех членов группы PHC (участников, поставщиков медицинских услуг и сотрудников плана PHC). Если участник разрешает родственникам или знакомым пользоваться своей карточкой Medi-Cal для получения медицинского обслуживания, это повышает затраты для Medi-Cal. Передача идентификационной карточки Medi-Cal для использования другим лицам является преступлением. Чтобы уменьшить число случаев мошенничества, сотрудник кабинета врача попросит вас предъявить удостоверение личности с фотографией. Если вы подозреваете, что стали свидетелем мошенничества, позвоните на «горячую линию» противодействия мошенничеству по номеру (800) 601-2146. На уровне штата также имеется «горячая линия» противодействия мошенничеству. Ее номер — (800) 822-6222. По обеим линиям информацию можно сообщать анонимно. Вы не обязаны предоставлять свои личные данные, чтобы сообщить о предполагаемом мошенничестве. Помните, что с вашей помощью мы можем предотвратить подобного рода дорогостоящие издержки для налогоплательщиков. ❖

Справочник участника плана PHC

Справочник участника содержит необходимую для вас информацию. В нем рассказывается об услугах и льготах, доступных вам как участнику плана Partnership HealthPlan of California (PHC). Также в нем представлены сведения о правах и обязанностях участника плана PHC.

Сведения, которые можно найти в справочнике участника:

- как получить медицинское обслуживание и лекарства
- что делать, когда вам нужно быстро получить медицинскую помощь
- как мы оцениваем новые медицинские технологии
- каковы ограничения плана PHC на оказываемые услуги
- как получить заключение другого врача-специалиста
- как подать жалобу или апелляцию
- как получить информацию об основном поставщике медицинских услуг
- как получить информацию о специалистах и других поставщиках медицинских услуг, входящих в сеть
- что делать, если вы находитесь за пределами зоны обслуживания
- что делать, если вам нужна помощь в нерабочее время
- как получить содействие на других языках
- что делать, если у вас возникли вопросы о страховом требовании или стоимости услуг
- и многое другое...

Справочник участника выдается всем новым участникам при первичной регистрации в плане PHC. Если вы хотите получить еще один экземпляр справочника, позвоните по номеру (800) 863-4155. Пользователи телетайпа (TTY) могут воспользоваться Службой переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру (800) 735-2929 или набрав 711. Справочник участника также опубликован на нашем веб-сайте по адресу www.partnershiphp.org. ❖

Права и обязанности участников

Знаете ли вы, в чем состоят ваши права и обязанности как участника плана PHC? Для получения экземпляра «Положения о правах и обязанностях» позвоните по номеру (800) 863-4155 или посетите наш веб-сайт по адресу www.partnershiphp.org. Пользователи телетайпа (TTY) могут воспользоваться Службой переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру (800) 735-2929 или набрав 711. ❖

Заявление о соблюдении конфиденциальности

Соблюдение конфиденциальности информации о состоянии здоровья участников плана PHC является требованием закона. Мы обязаны держать участников в курсе наших правовых обязательств и мер по соблюдению конфиденциальности защищенной медицинской информации (protected health information, PHI).

Для получения экземпляра «Уведомления о политике сохранения конфиденциальности» нашего плана позвоните по номеру (800) 863-4155 или посетите наш веб-сайт по адресу www.partnershiphp.org. Пользователи телетайпа (TTY) могут воспользоваться Службой переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру (800) 735-2929 или набрав 711. ❖

Фармацевтический справочник PHC

Фармацевтический справочник PHC – это перечень лекарственных препаратов, покрываемых нашим планом. Эти лекарства выбраны врачами и фармацевтами, входящими в Комитет по фармацевтике и терапии (Pharmacy and Therapeutics, P&T). Комитет следит за тем, чтобы все выбранные лекарственные препараты являлись эффективными и безопасными.

Каждые три месяца Комитет P&T проводит совещание, чтобы обсудить все лекарства, которые должны быть добавлены в фармацевтический справочник или изъяты из него. Несмотря на то, что страховое покрытие распространяется на все лекарства, входящие в фармацевтический справочник PHC, в отношении некоторых препаратов действуют специальные условия. Например, некоторые лекарства покрываются только при наличии у участника определенного заболевания. Для других препаратов, например опиатов, существует ограничение на покрываемое количество лекарства.

Иногда выписанное лекарство отсутствует в фармацевтическом справочнике PHC или количество выписанного лекарства превышает лимит, покрываемый планом PHC. В таких ситуациях врач или аптека может подать в план PHC запрос на получение разрешения на лечение, который является запросом на обеспечение страхового покрытия рецепта. Сотрудники фармацевтического отдела PHC рассматривают это запрос и сообщают вашему врачу и аптеке, будет ли покрыт этот рецепт. Если запрос на получение разрешения на лечение будет отклонен, план PHC направит участнику, аптеке и врачу письмо с объяснением причины отказа.

Чтобы узнать больше о фармацевтическом справочнике PHC или получить экземпляр справочника, посетите наш веб-сайт по ссылке ниже или позвоните по номеру (800) 863-4155.

<http://www.partnershiphp.org/Providers/Pharmacy/Pages/Formularies.aspx> ❖



Защитите своего ребенка от отравления свинцом

Свинец — высокотоксичный металл, который особенно опасен для маленьких детей. Он способен поражать практически все системы органов ребенка. Даже небольшая концентрация свинца в организме может стать причиной пониженной обучаемости и серьезных нарушений здоровья. Высокая концентрация свинца может привести к повреждению головного мозга и даже к смерти.

Как уберечь детей от отравления свинцом?

- Если ребенок проживает или проводит много времени в зданиях, построенных до 1978 года, в которых отслаивается или сходит краска или недавно был проведен ремонт, сообщите об этом врачу.
- Если вы недавно прибыли в США или усыновили ребенка из страны с повышенными уровнями свинца в окружающей среде, сообщите об этом врачу. Примеры таких стран: Египет, Китай, Индия, Таиланд, Мексика и Перу.
- Не позволяйте ребенку класть в рот ключи от машины или от дома.
- Если кто-либо из членов семьи работает в таком месте, где на одежду может попасть свинцовая пыль, необходимо переодеться, прежде чем вступать в контакт с ребенком.
- Не позволяйте ребенку находиться рядом с местами, в которых сходит краска.
- С осторожностью используйте импортные товары, например глиняные горшки и посуду.
- Некоторые сладости, специи, лекарственные препараты и косметика, изготовленные за пределами США, могут в своем составе содержать свинец.
- В сладостях, в составе которых есть тамаринд, молотый перец чили или соль из определенных стран, может содержаться повышенное количество свинца. Имейте это в виду. Высокий уровень свинца обнаружен в баночке с кремом для кожи La Tia Mana.
- Регулярно мойте игрушки, соски-пустышки и подоконники.
- Мойте руки детям перед едой.

Во время беременности:

- Не используйте импортные специи, закуски, лекарственные препараты, косметику и глиняные горшки.
- Не кладите в рот несъедобные предметы, в особенности глину и гончарные изделия, почву или отслаивающиеся частицы краски.
- В случае подозрения на отравление свинцом сделайте анализ крови. Содержание свинца в организме плода будет таким же, как у вас.
- Если у матери во время беременности было отравление свинцом, у ребенка могут возникнуть нарушения обучаемости и поведения.

В последние годы свинец был удален из многих бытовых товаров и материалов. Тем не менее рекомендуется сделать простой анализ крови у врача, чтобы проверить на предмет отравления свинцом. Обследование на наличие свинца проводится у детей в возрасте 12 и 24 месяцев. Если в указанном возрасте обследования не проводились, обследовать ребенка можно также до шестилетнего возраста. В некоторых случаях на обследование направляют детей и более старшего возраста. Если в крови будет обнаружен свинец, врач может назначить повторный анализ. Возможно, что сдать кровь на анализ потребуется и другим членам вашей семьи.

Важно знать, что при высоком содержании свинца в организме необходимо безотлагательное лечение. На этом ситуация с отравлением свинцом не заканчивается. Необходимо найти источник свинца и устранить его. Ваш врач сможет вам в этом помочь.

Для получения более подробной информации звоните в Национальный информационный центр по вопросам отравления свинцом (National Lead Information Center) по номеру **(800) 424-5323**. Средства для обнаружения свинца могут продаваться в магазинах хозяйственных и строительных товаров.

Источник: Департамент здравоохранения штата Калифорния ❖

Будьте готовы к чрезвычайным ситуациям: полезные советы

Наступило лето, и в жаркую погоду следует помнить о необходимости избегать перегрева и пить много воды. Также необходимо быть готовыми к лесным пожарам. Если у вас собран «аварийный комплект», пора проверить, готов ли он к использованию и не истек ли срок годности его содержимого. Также следует обновить информацию в документах, которая за год могла измениться, например, номера телефонов. Подготовка к чрезвычайным ситуациям особенно важна для людей с инвалидностью, которые используют оборудование, работающее от электричества, или принимают лекарства, хранящиеся в условиях охлаждения.

Аварийный комплект должен содержать следующие основные предметы:

- Продукты и воду как минимум на три дня на каждого члена семьи
- Аптечку первой помощи
- Фонари и запасные батареи
- Корм и воду для домашних питомцев



Также положите в комплект:

- Копии рецептов на лекарства
- Копии идентификационных карточек участников медицинских страховых планов
- Список номеров телефонов врачей
- Список номеров телефонов родственников

Вы также можете заказать медицинский жетон с указанием принимаемых лекарств и аллергических реакций. Он может пригодиться в случае, если вы получите травму и будете не в состоянии говорить в неотложной ситуации. Если вы используете медицинское оборудование, подготовьте перечень этого оборудования и запишите серийные номера. Его также можно включить в аварийный комплект. Если вы регулярно получаете медицинскую помощь, узнайте у поставщика медицинских услуг, куда обратиться, если ваш медицинский центр будет закрыт во время чрезвычайной ситуации.

Вместе с членами семьи составьте план действий на случай, если вам придется покинуть свой дом в чрезвычайной ситуации. Заранее попрактикуйтесь в реализации этого плана.

Подробнее:

- Посетите веб-сайт или страницу в Фейсбуке Управления по чрезвычайным ситуациям вашего округа
- Полезные советы можно найти на веб-сайте www.ready.gov
- Посетите страницу <https://www.readyforwildfire.org/prepare-for-wildfire/go-evacuation-guide/> для получения информации о планах эвакуации, контрольных списках и предметах, которые следует включать в аварийный комплект ❖

Что такое подразделение организации медицинского обслуживания?

Это подразделение РНС, предназначенное для содействия участникам плана. Подразделение организации медицинского обслуживания поможет вам найти врачей, получить необходимые медицинские услуги, ресурсы и другие льготы, облегчая доступ к нужному вам обслуживанию. И если вы уже получаете медицинское обслуживание, работники подразделения помогут координировать медицинскую помощь, работая с вами, вашими поставщиками медицинских услуг и (или) лицами, осуществляющими уход за вами.

Подразделение организации медицинского обслуживания поможет вам в следующих вопросах:

- получение медицинского обслуживания у общего врача или специалиста
- выписка из больницы и возвращение домой
- вопросы, связанные со здоровьем
- получение медицинского оборудования или прохождение анализов
- лекарства

Звоните в подразделение организации медицинского обслуживания, когда вам нужна помощь в получении медицинского обслуживания по номеру **(800) 809-1350**, с понедельника по пятницу с 8.00 до 17.00. Пользователи телетайпа (TTY) могут воспользоваться Служба переадресации телефонных вызовов штата Калифорния (California Relay Service, CRS), позвонив по номеру **(800) 735-2929** или набрав **711**. ❖