



ХОРОШИЙ ПЛАН - КЛЮЧ К ХОРОШЕЙ ЖИЗНИ

Health TALK



UnitedHealthcare®
Community Plan

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ

О программе Apple Health	стр. 1
Вакцинация детей	стр. 2
Пособия на лекарственные препараты	стр. 2
Астма	стр. 3
Здоровые первые шаги	стр. 3
Где получить медицинское обслуживание	стр. 3
Конфиденциальность	стр. 4



Новое название программы медицинского обслуживания Medicaid, предоставляемой в штате Вашингтон

Действующая программа Healthy Options, в которой Вы зарегистрированы в штате Вашингтон, отныне называется Washington Apple Health.

Возможно, Вы уже слышали о программе медицинского страхования детей Apple Health for Kids. Она объединяла все государственные услуги в сфере детского здравоохранения в одной программе, название которой легко и просто запомнить. Программа медицинского страхования для взрослых Washington Apple Health основана на том же принципе.

В получаемых Вами брошюрах будут встречаться упоминания о программе Washington Apple Health. При этом, набор получаемых Вами услуг не изменится. Мы взяли на себя обязательство охранять здоровье Вас и Вашей семьи и продолжим обслуживать участников в рамках программы Washington Apple Health.



Остались вопросы? Звоните по телефону

1-877-542-8997 (телетайп: 711) с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00.

Основы здоровья ребенка

5 доводов в пользу вакцинации детей

Раньше многие дети переносили распространенные заболевания и даже умирали от них. В наши дни подобные заболевания встречаются редко. Это обусловлено тем, что детям назначают прививки с целью сохранить их здоровье. Риск указанных заболеваний возникает в случае отсутствия своевременной вакцинации. Существует множество доводов в пользу вакцинации:

- 1. ДАННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПО-ПРЕЖНЕМУ СУЩЕСТВУЮТ.** Дети все еще рискуют заболеть ими. Например, в последнее время были зарегистрированы вспышки коклюша.
- 2. БОЛЕЗНИ ЛЕГКО ПРЕОДОЛЕВАЮТ ГРАНИЦЫ.** Некоторые болезни, от которых мы проводим вакцинацию, до сих пор распространены в некоторых странах. Путешественники могут принести их в Ваше ближайшее окружение.
- 3. ВАКЦИНЫ БЕЗОПАСНЫ.** Они были протестированы. Исследования показали, что вакцины не вызывают аутизм и другие заболевания.
- 4. БЛАГОДАРЯ ВАКЦИНАЦИИ СОКРАЩАЕТСЯ КОЛИЧЕСТВО ПРОПУСКОВ НА РАБОТЕ И В ШКОЛЕ.** Здоровые дети могут посещать школу или детский сад, а их родители — плодотворно работать.
- 5. ПРИВИВКИ ЗАЩИЩАЮТ ВАШУ СЕМЬЮ, ДРУЗЕЙ И БЛИЖАЙШЕЕ ОКРУЖЕНИЕ.** Чем больше людей привито, тем в большей безопасности находится каждый из нас.



Это стоит того. Участники, воспользовавшиеся всеми рекомендуемыми прививками, могут получить поощрение в виде подарочных карт. Ищете поставщика медицинских услуг для своего ребенка? Посетите веб-страницу [MyUHC.com/CommunityPlan](https://www.MyUHC.com/CommunityPlan).



ПОСОБИЯ НА ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ

В качестве участника программы медицинского страхования UnitedHealthcare Community Plan Вы получаете пособия на лекарственные препараты, отпускаемые по рецепту. На нашем веб-сайте приведена подробная информация о следующих аспектах программы:

- 1. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ, ВХОДЯЩИЕ В НАШ ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЙ РЕЕСТР.** Это список лекарственных препаратов, оплачиваемых программой. Мы рекомендуем по возможности использовать аналоги патентованных лекарственных средств.
- 2. ПОЛУЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ ПО РЕЦЕПТУ.** Найдите аптечный пункт, расположенный недалеко от дома и принимающий Ваш план медицинского страхования.
- 3. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА.** Стоимость некоторых лекарственных препаратов может возмещаться лишь в определенных случаях. Возможно, в первое время Вам придется использовать иной препарат (это называется «поэтапная терапия») или предварительно получить разрешение программы UnitedHealthcare на прием того или иного препарата (это называется «предварительное утверждение»). Для некоторых лекарственных препаратов могут существовать количественные ограничения.
- 4. ИСКЛЮЧЕНИЯ.** Существует возможность получения препаратов, стоимость которых в иных случаях не возмещается или возмещается частично. Поставщик медицинских услуг поможет Вам подать заявку на получение таких препаратов.



Где искать. Посетите веб-страницу [MyUHC.com/CommunityPlan](https://www.MyUHC.com/CommunityPlan), чтобы узнать о пособиях на лекарственные препараты, либо позвоните в отдел обслуживания на бесплатный номер **1-877-542-8997 (телетайп: 711)**.

Спросите доктора Хелс Хаунда

Вопрос. Есть ли у моего ребенка астма?

Ответ. Обычно развитие астмы у детей начинается до 5 лет. Дети, страдающие астмой, хрипят или кашляют, даже не будучи простуженными. Иногда им бывает трудно дышать. Они часто страдают от легочных инфекций. У них случаются и другие виды аллергии, в том числе кожной. Один из родителей может быть астматиком. Если у Вашего ребенка присутствуют данные симптомы или факторы риска, обсудите вероятность наличия астмы с его лечащим врачом.

Если у Вашего ребенка диагностирована астма, следует научиться с ней справляться. Необходимо давать ребенку назначенные препараты. Помимо этого, необходимо избегать обстоятельств, ухудшающих состояние ребенка при астме. Необходимо научиться определять начало приступа астмы у ребенка, а также знать, в каких случаях необходима неотложная медицинская помощь. Важно также регулярно посещать медицинского специалиста, обслуживающего Вашего ребенка.



Сделайте первый шаг

Здоровая беременность = здоровые дети

Если Вы беременны, то Вам поможет программа Healthy First Steps («Здоровые первые шаги»). Независимо от того, ждете Вы первого ребенка или третьего, Вам будет оказана персональная помощь на всех этапах беременности. Присоединитесь к нам и получите поддержку команды, которая поможет Вам:

- выбрать поставщика медицинских услуг для Вас и Вашего ребенка;
- составить расписание приемов и найти транспорт для посещения врачей;
- получить ответы на вопросы о том, чего следует ожидать в течение беременности;
- связаться с местными службами, обеспечивающими программы, такие как питание для женщин, младенцев и детей (WIC).

Кроме того, Вы можете обратиться к нам в течение шести недель после родов. Мы поможем Вам получить медицинское обслуживание после рождения ребенка. Мы даже устроим Вам прием у специалиста после родов.

Записывайтесь сегодня. Звоните на бесплатный номер **1-800-599-5985 (телетайп: 711)** с понедельника по пятницу с 6:00 до 15:00. Программа Healthy First Steps уже является частью Вашего пособия. Она не предполагает дополнительных затрат.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ

Если Вы заболели или получили травму, лучшую помощь Вам окажет поставщик первичных медицинских услуг (ПМУ). ПМУ осведомлен о Вас, истории Вашей болезни, и ведет Вашу медицинскую карту.

Если Вам понадобилась медицинская помощь, сначала позвоните в офис своего ПМУ. Вероятно, Вы сможете записаться на прием в тот же день. ПМУ может позвонить в Ваш аптечный пункт и выписать лекарственный препарат. Звонки принимаются даже ночью и в выходные.

Возможно, ПМУ направит Вас в центр неотложной скорой помощи. Вы можете обратиться туда самостоятельно, если Вам не удастся связаться со своим ПМУ. Многие центры неотложной медицинской помощи открыты ночью и по выходным.

Больничные отделения скорой помощи предназначены только для пациентов, состояние которых угрожает их жизни. Обращайтесь туда только в тех случаях, когда болезнь или травма требует экстренного лечения и при промедлении может привести к смерти или инвалидности.



Получите совет. Программа UnitedHealthcare имеет консультационную службу, работающую круглосуточно и без выходных. В любое время дня и ночи у Вас есть возможность поговорить с медицинским работником, который поможет выбрать наилучшее место для получения медицинской помощи. Звоните в консультационную службу в любое время по бесплатному телефону **1-877-543-3409 (телетайп: 711)**.



Конфиденциальность

Защита личных данных

Мы серьезно относимся к обеспечению Вашей конфиденциальности. Информация о Вашем здоровье (далее – «ИОЗ»), наряду с финансовой информацией (далее – «ФИ»), тщательно охраняется и не подлежит разглашению. Эти конфиденциальные данные используются нами для ведения деловой деятельности и помогают предоставлять необходимые Вам товары, услуги и информацию.

Мы гарантируем конфиденциальность ИОЗ и ФИ, предоставленных в устной, письменной или электронной форме, за счет соблюдения правил обеспечения безопасности информации такого рода. Мы стремимся не допускать потери или уничтожения личной финансовой информации и сведений о здоровье наших клиентов. Мы заботимся о том, чтобы личные данные клиентов не использовались ненадлежащим образом и предпринимаем специальные проверки, чтобы убедиться в осторожном обращении с ИОЗ и ФИ. В нашей политике конфиденциальности четко прописаны следующие аспекты:

- каким образом надлежит использовать ИОЗ и ФИ;
- при каких обстоятельствах ИОЗ и ФИ могут быть предоставлены третьим лицам;
- Права клиентов в отношении принадлежащих им ИОЗ и ФИ.

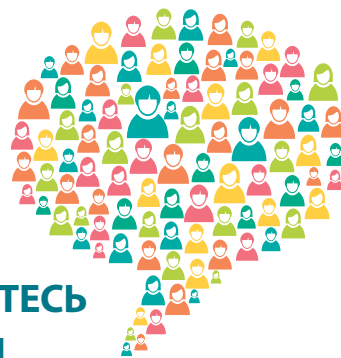


Открытый ресурс. Наша политика конфиденциальности опубликована в «Справочнике участника». Его можно найти в Интернете на сайте **UHCCommunityPlan.com**. Для получения экземпляра справочника по почте позвоните по бесплатному номеру **1-877-542-8997 (телетайп: 711)**. Уведомления об изменениях в политике конфиденциальности будут также присылаться по почте.



ТВИТЫ, КОТОРЫМ МОЖНО ДОВЕРЯТЬ

Следите за нами в Твиттере: **@UHCpregnantCare**. Здесь Вы получите полезные советы, информацию о том, чего следует ожидать, а также важные напоминания о ходе беременности. Наша задача – немного облегчить Вам заботу о себе и о Вашем ребенке. Посетите **bit.ly/uhc-pregnancy**.



ПОДЕЛИТЕСЬ СВОИМИ СООБРАЖЕНИЯМИ

Через несколько недель на Вашу электронную почту может прийти анкета с вопросами о том, насколько Вы довольны планом медицинского страхования UnitedHealthcare Community Plan. В случае получения анкеты просьба заполнить ее и отправить по обратному адресу. Ваши ответы будут держаться в секрете. Ваше мнение поможет нам улучшить план медицинского страхования.

Полезная информация

Member Services (Центры обслуживания). Позвонив по этому номеру, вы можете найти врача, задать вопросы или подать жалобу (звонок бесплатный).
1-877-542-8997 (телетайп: 711)

NurseLine (Горячая линия NurseLine). Чтобы получить консультацию медсестры, позвоните по этому номеру:
1-877-543-3409 (телетайп: 711)
(работает круглосуточно, без выходных)

Healthy First Steps (Здоровые первые шаги). Вы можете получить необходимую поддержку во время беременности, а также информацию о воспитании ребенка (звонок бесплатный):
1-800-599-5985 (телетайп: 711)

Our websites (Наш веб-сайт). Заходите на страницу нашего поставщика медицинских услуг.
MyUHC.com/CommunityPlan
Ознакомьтесь со «Справочником участника» программы.
UHCCommunityPlan.com

Услуга **«Text4baby»**. Получайте текстовые сообщения с информацией о беременности, а также первом годе жизни малыша. Чтобы получать сообщения на английском языке, отправьте SMS с текстом **«BABY»** на номер **511411**. Отправьте SMS с текстом **«VEVE»** на номер **511411**, чтобы получать сообщения на испанском. Также можно зарегистрироваться на сайте **text4baby.org**.

Горячая линия помощи при домашнем насилии. Обратитесь за бесплатной конфиденциальной помощью при насилии в семье (звонок бесплатный).
1-800-799-7233
(телетайп: **1-800-787-3224**)

Горячая линия для тех, кто бросает курить. Обратитесь за бесплатной помощью, если Вы собираетесь бросить курить (звонок бесплатный).
1-800-QUIT-NOW
(**1-800-784-8669**)