មគ្គុទ្ទេសន៍សម្រាប់សមាជិក ការថៅតថែងថែទាំប្រសើរឡើង

ស្វែងយល់អំពីសេវាឥតអស់ថ្លៃ បានផ្តល់ឲ្យសមាជិក MEDI-CAL

HealthNet.com

មាតិការឿង

របៀប ECM អាចជួយអ្នក 3

របៀបទទួលសេវា ECM 6

អ្នកត្រូវការអ្វីខ្លះ ដើម្បីចាប់ផ្តើមមានសិទ្ធិទទួលសេវា ECM 6

តើអ្នកណាផ្តល់សេវា ECM? 6

របៀបក្រុមថែទាំរបស់អ្នកធ្វើការ 6

សំណួរដែលចោទសួរញឹកញាប់ 7

ក្រដាសព្រាងសំរាប់សមាជិក Health Net 8

របៀប ECM អាចជួយអ្នក

ការចាត់ចែងថែទាំប្រសើរឡើង (Enhanced Care Management, ECM) ផ្តល់ជូនសេវាបន្ថែម ដោយឥតអស់ថ្លៃ សំរាប់សមាជិក Medi-Cal ដែលមានសេចក្តីត្រូវការស្មុគស្មាញ និងឧបសគ្គ ដែលធ្វើឲ្យវាលំបាក ដើម្បីលើកកំពស់សុខភាពរបស់គេ។ ការនេះអាចរួមមាន ឧបសគ្គខាងក្រៅ ដូចជាការពុំមានកន្លែងដើម្បីរស់នៅ។

បើសិនអ្នកមានសិទ្ធិទទួល ECM ផ្តល់ជូនសេវាប្រាំពីរប្រភេទ ដែលអាចជួយអ្នក ជាមួយនឹងសុខភាព និងសុខុមាលភាពរបស់អ្នក។ អ្នកនឹងមានក្រុមថែទាំមួយ និងអ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់ផងអ្នក។

សេវាបន្ថែមទាំងនេះត្រូវបានផ្តល់ជូន ជាផ្នែកនៃគំរោង Health Net Medi-Cal បច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក។ សេវា Medi-Cal ដែលអ្នកទទួលឥឡូវនេះ **នឹងមិនបានយកចេញទេ។** អ្នកនៅតែអាចទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកដដែល ប៉ុន្តែឥឡូវនេះអ្នកអាចទទួល ជំនួយថែមទៀត។

បើសិនអ្នកមានសិទ្ធិទទួល អ្នកអាចជ្រើសរើសទទួលសេវា ECM។ ថែមទាំងអ្នកអាចបញ្ឈប់សេវា នៅពេលណាមួយ ដោយហៅ Health Net។

ECM គឺសំរាប់សមាជិក គំរោងសុខភាព Medi-Cal គ្រប់គ្រងការថែទា

អ្នក**ត្រូវតែ**បានចុះឈ្មោះ ក្នុងគំរោងសុខភាព Medi-Cal ដើម្បីទទួលសេវា ECM បាន។ បើសិនអ្នកត្រូវការជំនួយ ក្នុងការចុះឈ្មោះចូលទៅគំរោងសុខភាព Medi-Cal អ្នកអាចហៅ ជំរើសថែទាំសុខភាព Medi-Cal របស់រដ្ឋ លេខ 800-430-4263។

របៀបបីយ៉ាង ដែល ECM ធ្វើការសម្រាប់អ្នក

1. ជួយអ្នកឲ្យនៅតែបានចូលរួមផ្ទាល់ ក្នុងការថែទាំអ្នក

អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់អ្នក និងក្រុមថែទាំ នឹងជួយអ្នកឲ្យផ្ដោតចិត្តលើសុខភាពរបស់អ្នក និងធ្វើឲ្យប្រាកដ ថាអ្នកទទួលសេវាទាំងនេះ និងការគាំទ្រដែលអ្នកត្រូវការ។ គេក៏អាចជួបអ្នកនៅកន្លែងអ្នករស់នៅ ឬនៅកន្លែងអ្នកទទួលសេវាដែរ។

2. ជួយបង្កបង្កើតគំរោងការមួយ

ទាំងអស់គ្នា គឺទាំងអ្នក និងក្រុមថែទាំរបស់អ្នក នឹងធ្វើគំរោងការថែទាំរបស់ផងអ្នក។ គំរោងរ៉ាប់រង៖

- វេជ្ជបណ្ឌិតដែលអ្នកជួប
- គោលដៅសុខភាពដែលអ្នករៀបចំ
- សេវាដែលអ្នកទទួល
- ការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ
- សេចក្ដីត្រូវការសុខភាពផ្លូវកាយ និងឥរិយាបថ របស់អ្នក
- សេចក្ដីត្រូវការសុខភាពមាត់របស់អ្នក
- សេចក្ដីត្រូវការ នៃការព្យាបាលការប្រើគ្រឿងញៀន
- សេវាក្នុងផ្ទះ (ដូចជា ជំនួយជាមួយការងូតទឹក, ការស្លៀកពាក់, ការជូតសំអាត, ការដាំស្ល, ល.)
- សេវានៃភូមិឋាន និងសង្គម (ដូចជា ម្ហូបអាហារ និងសេវាផ្ទះសំបែង)

3. ជួយតភ្ជាប់ជាមួយ និងប្រាប់សភាពការណ៍វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក

ក្រុមថែទាំរបស់អ្នក រួមមាន **អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំម្នាក់។** មនុស្សនេះ ប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកទាំងអស់ ស្ដីពីសភាពការណ៍សុខភាពនិងសេវាដែលអ្នកទទួល។ គេក៏អាចជួយអ្នក៖

- គិតគូរពីសេចក្ដីត្រូវការសុខភាព, គោលដៅ និងការប្រាថ្នារបស់អ្នក
- ធ្វើការណាត់ជួប និងឆែកមើលវេជ្ជបញ្ជា និងបំពេញសាថ្មី
- រកវេជ្ជបណ្ឌិតត្រឹមត្រូវ
- រៀបចំយានជំនិះ ទៅជួបពីគ្រោះវេជ្ជបណ្ឌិត
- ដាក់ពាក្យសុំសេវា ដើម្បីជួយអ្នករស់នៅ ដោយខ្លួនឯង – សេវារួមមាន ការផ្ដល់ម្ហូបអាហារ, ទីលំនៅ និងថែទាំខ្លួន

4. ជំនួយដើម្បីរៀនរបៀបល្អបំផុត ដើម្បីគាំទ្រសុខភាពរបស់អ្នក ឲ្យល្អប្រសើរឡើង

រូបអ្នក ឬអ្នកថែទាំអ្នក និងមនុស្សផ្សេងទៀតដែលគាំទ្រអ្នក អាចរៀនរបៀបល្អបំផុតសំរាប់អ្នក ដើម្បីថែទាំបញ្ហាសុខភាពរបស់អ្នក។

5. ជំនួយដើម្បីផ្លាស់ប្តូរអ្នក ដោយសុវត្ថិភាព ចេញពីកន្លែងថែទាំមួយ ទៅកន្លែងមួយទៀត

ក្រុមថែទាំរបស់អ្នក នឹងជួយអ្នកផ្លាស់ប្តូរ ដោយសុវត្ថិភាព និងងាយស្រួល បើសិនអ្នកត្រូវការដើម្បីចូលទៅ ឬចេញពី៖

- មន្ទីរពេទ្យ
- មន្ទីរគិលានុបដ្ឋាកម្ម
- កន្លែងថែទាំមួយទៀត

គេអាចជួយអ្នក ជាមួយឧបសគ្គដូចជា៖

- ការរៀនរបៀបថែទាំខ្លួនរបស់អ្នក បន្ទាប់ពីស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ
- ការធ្វើការតាមដាន ជួបពិគ្រោះវេជ្ជបណ្ឌិត
- ការបំពេញវេជ្ជបញ្ជា
- ការទទួលយានជំនិះ ទៅការណាត់ជួប

6. ជំនួយដើម្បីធ្វើការជាមួយមនុស្សដែលគាំទ្រអ្នក

ក្រុមថែទាំរបស់អ្នក អាចធ្វើឲ្យប្រាកដ ថាគ្រួសាររបស់អ្នក ឬអ្នកថែទាំអ្នក និងមនុស្សផ្សេងៗទៀត ដែលគាំទ្រអ្នក ដឹងអំពីបញ្ហាសុខភាពរបស់អ្នក។ មនុស្សទាំងនេះ ក៏អាចធ្វើការជាមួយក្រុមថែទាំរបស់អ្នក ដើម្បីរៀនរបៀបល្អបំផុត ដើម្បីជួយអ្នកដែរ។

7. ជំនួយដើម្បីតភ្ជាប់អ្នកទៅនឹងសេវាសហគមន៍ និងសង្គម

ECM អាចជួយអ្នក ឲ្យបានតភ្ជាប់ ទៅនឹងសេវាផ្សេងៗទៀត មិនមែនខាងសុខភាពផងដែរ។ ក្រុមថែទាំរបស់អ្នក អាចជួយអ្នករកសហគមន៍ និងកម្មវិធីខាងសង្គម ដែលអ្នកត្រូវការ។ ទាំងអស់នោះអាចនឹងរួមមាន៖

- ម្ហូបអាហារ
- ការហ្វឹកហ្វឺនការងារ
- ថែទាំកូន
- សេវាទាក់ទងនឹងភាពពិការ
- ធនធានដើម្បីជួយអ្នក ឲ្យនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក

របៀបក្រុមថែទាំរបស់អ្នកធ្វើការ

ក្រុមថែទាំ ECM របស់អ្នក គឺបានកសាងនៅជុំវិញ សេចក្តីត្រូវការសុខភាព និងការប្រាថ្នារបស់អ្នក។ ក្រុមថែទាំរបស់អ្នក គឺបាននាំមុខដោយ អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់អ្នក ដែលជាមនុស្សចំបង សម្រាប់ការទាក់ទងរបស់អ្នក។ អ្នកអាចហៅ អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់អ្នក នៅពេលអ្នកត្រូវការជំនួយ។

អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់អ្នក នឹងគាំទ្រសេចក្តីត្រូវការ និងការប្រាថ្នារបស់អ្នក ព្រមទាំងធ្វើការជាមួយ អ្នកផ្តល់សេវាផ្សេងៗទៀតរបស់អ្នក និងបណ្តាញគាំទ្រ ដែលរួមមាន៖

- វេជ្ជបណ្ឌិត និងអ្នកឯកទេស
- ពេទ្យ
- ឱសថករ
- ក្រុមហ៊ុនបរិក្ខារពេទ្យ
- សមាជិកគ្រួសារ, អ្នកថែទាំ និង/ឬ មនុស្សផ្សេងៗទៀត ដែលគាំទ្រអ្នក បើសិនអ្នកប្រាថ្នា
- អ្នកចាត់ចែងករណីតាមរយៈសហគមន៍ ឬកម្មវិធីខោនធី
- អ្នកព្យាបាល
- ផ្សេងៗទៀត

របៀបទទួលសេវា ECM

ដើម្បីទទួលសេវា ECM បាន អ្នកត្រូវតែ៖

- ✔ បានចុះឈ្មោះក្នុងគំរោងសុខភាព Health Net Medi-Cal គ្រប់គ្រងថែទាំ
- ✔ ស្របតាមលក្ខខ័ណ្ឌជាក់លាក់នៃសិទ្ធិទទួល

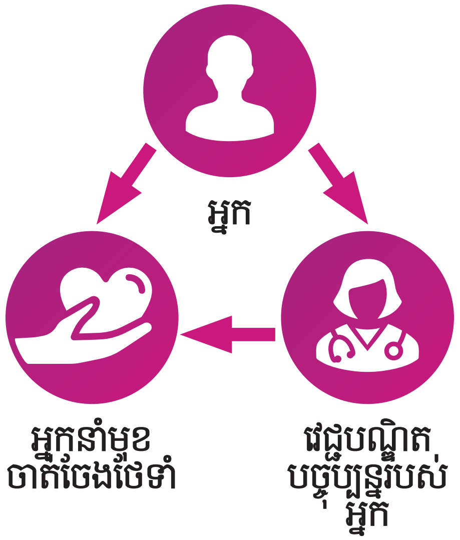
អ្នកត្រូវការអ្វីខ្លះ ដើម្បីចាប់ផ្តើមមានសិទ្ធទទួលសេវា ECM

1. គំរោងសុខភាព Medi-Cal របស់អ្នក, វេជ្ជបណ្ឌិត ឬអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាព អាចនឹងទាក់ទងអ្នក អំពីការទទួលសេវា ECM។
2. វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក អាចនឹងប្រាប់គំរោងសុខភាព Medi-Cal ឲ្យដឹងថាអ្នកអាចនឹងទទួល ECM បាន។
3. ពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត ឬគំរោងសុខភាព Medi-Cal របស់អ្នក។ ចូរធ្វើការនេះ បើសិនអ្នកចង់ស្វែងយល់ថែមទៀត អំពី ECM និងក្រែងលោអ្នកមានសិទ្ធិទទួល។

តើអ្នកណាផ្តល់សេវា ECM?

អ្នកអាចទទួលសេវា ECM ពីការិយាល័យនៃវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬពីអ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាពមួយទៀត។ អ្នកក៏អាចទទួលសេវា ECM ពីអង្គការតាមសហគមន៍ដែរ។ អ្នកនឹងត្រូវបានចាត់តាំង ទៅអ្នកផ្តល់ ECM ម្នាក់ ដោយយោងលើសេចក្តីត្រូវការជាក់លាក់ របស់អ្នក។

អ្នកនឹងបាន អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំម្នាក់ ដែលធ្វើការជាមួយអ្នក ដើម្បីជួយទទួលការថែទាំ និងសេវា ដែលអ្នកត្រូវការ។



ថែមទាំង អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំនឹងជួយធ្វើឲ្យប្រាកដ ថាគ្រប់ៗគ្នា នៅក្នុងក្រុមថែទាំរបស់អ្នក ព្រមព្រៀងគ្នា អំពីសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នក និងការថែទាំ។

សំណួរដែលចោទសួរញឹកញាប់

តើខ្ញុំនឹងបាត់បង់អត្ថប្រយោជន៍គម្រោងសុខភាព Medi-Cal អ្វីមួយ ឬទេ បើសិនខ្ញុំចូលរួម ECM?

ទេ។ បើសិនអ្នកចូលរួម ECM អ្នករក្សាទុកអត្ថប្រយោជន៍ Medi-Cal របស់អ្នក។ អ្នកក៏រក្សាទុកវេជ្ជបណ្ឌិតបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នកដែរ។

ECM ផ្តល់ឲ្យអ្នក នូវជំនួយបន្ថែម ដើម្បីទទួលការថែទាំដែលអ្នកត្រូវការ និងទៅដល់គោលដៅសុខភាពរបស់អ្នក។ វាមិនយកចេញ នូវការរ៉ាប់រងដែលអ្នកមានរួចហើយឡើយ។ បើសិនអ្នកមានសិទ្ធិទទួល អ្នកអាចជ្រើសរើស ដើម្បីទទួលសេវា ECM។ អ្នកអាចបញ្ឈប់សេវានៅពេលណាក៏បាន ដោយហៅគំរោងសុខភាព Health Net Medi-Cal របស់អ្នក។

តើសេវា ECM មានតម្លៃបន្ថែម ឬទេ?

ទេ។ ECM មិនអស់ថ្លៃដល់អ្នកសោះឡើយ។ បើសិនអ្នកមានសិទ្ធិទទួល និងសំរេចចិត្តចូលរួម នោះសេវាគឺបានបញ្ចូល ជាផ្នែកនៃគំរោងសុខភាព Health Net Medi-Cal បច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក។

តើខ្ញុំទៅទីណា សំរាប់ពត៌មានថែមទៀត?

ហៅ Health Net សំរាប់ព័ត៌មានថែមទៀត និងក្រែងលោអ្នកមានសិទ្ធិទទួល។ អ្នកក៏អាចសួរវេជ្ជបណ្ឌិត ឬគ្លីនិករបស់អ្នកដែរ អំពីអត្ថប្រយោជន៍ ECM នេះ។

តើខ្ញុំនឹងត្រូវប្តូរ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ខ្ញុំឬទេ?

ទេ។ អ្នកមិនបាច់ត្រូវប្តូរ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ដើម្បីទទួលសេវា ECM ឡើយ។ អត្ថប្រយោជន៍នេះ ជួយវេជ្ជបណ្ឌិតទាំងអស់របស់អ្នក និងអ្នកផ្តល់សេវាផ្សេងៗទៀត ចែកចាយពត៌មាន អំពីសេចក្តីត្រូវការ ថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។ ហើយវាអនុញ្ញាតឲ្យគេ ធ្វើការជាមួយគ្នា ដើម្បីឲ្យជួបគោលដៅសុខភាពរបស់អ្នក។

តើអ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM ជាអ្វី និងរបៀបគេជួយខ្ញុំ?

អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM គឺជាមនុស្សបុគ្គលិកម្នាក់ ត្រូវបានចាត់តាំងដោយ អ្នកផ្តល់ ECM របស់អ្នក។ មនុស្សនេះនឹងជួយធ្វើឲ្យប្រាកដថាវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក, ឱសថការ និងអ្នកផ្តល់សេវាផ្សេងៗទៀត ធ្វើការជាមួយគ្នា ដើម្បីជួយអ្នក ឲ្យជួបគោលដៅសុខភាពរបស់អ្នក។

អ្នកនាំមុខចាត់ចែងថែទាំ ECM របស់អ្នក ក៏នឹង៖

- តភ្ជាប់អ្នកទៅវេជ្ជបណ្ឌិត និងសេវានានា
- ពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក អំពីសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នក
- ចែកចាយព័ត៌មាន ជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក
- ទៅដំណើរអ្នក ទៅការណាត់ជួប បើសិនអ្នកចង់បាន

ដើម្បីស្វែងយល់ថែមទៀត អំពី ECM

1. ហៅ Health Net លេខ 800-675-6110 (TTY: 711) 24 ម៉ោងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃមួយអាទិត្យ។
2. ហៅ ជំរើសថែទាំសុខភាព Medi-Cal របស់រដ្ឋ លេខ 800-430-4263 (TTY 800-430-7077)។
3. សួរវេជ្ជបណ្ឌិត ឬគ្លីនិករបស់អ្នក អំពីអត្ថប្រយោជន៍។

ក្រដាសព្រាងសំរាប់សមាជិក Health Net

បំពេញក្រដាសព្រាងនេះ និងឲ្យមានវានៅជាមួយអ្នក នៅពេលអ្នកហៅ Health Net Medi-Cal។ ឬយកវាទៅជាមួយអ្នក នៅពេលអ្នកទៅជួបពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬអ្នកផ្ដល់ការថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀត។ គេអាចជួយ បើសិនអ្នកត្រូវការគាំទ្រ នូវការឆ្លើយសំណួរអ្វីមួយ ឬក៏ចង់មើលក្រដាសព្រាងឡើងវិញ ជាមួយនឹងគេ។

តើអ្នកណាជាវេជ្ជបណ្ឌិតបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក និងអ្នកផ្ដល់ការថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀត?

____

____

____

____

____

តើអ្នកមានសេចក្ដីត្រូវការថែទាំសុខភាព ដែលអ្នកមិនទាន់បានជួបវេជ្ជបណ្ឌិត ឬទេ? បើសិនជាមាន សូមចែកចាយ។

____

____

____

____

____

តើបច្ចុប្បន្ននេះ មានអង្គការតាមសហគន៍ និងសេវាសង្គម តាមមូលដ្ឋាន ដែលអ្នកអាចទៅសំរាប់ការគាំទ្រ (ដូចជា មជ្ឈមណ្ឌលធនធានគ្រួសារ, គ្លីនិកសុខភាពសហគមន៍, មជ្ឈមណ្ឌលព្រទ្ធាវ័យ ល.) ឬទេ?

____

____

____

____

____

តើការគាំទ្រអ្វីផ្សេងទៀត ដែលអ្នកត្រូវការ (ដូចជា ម្ហូបអាហារ, ទីលំនៅ, យានជំនិះ) ឬទេ?

សំណួរអ្វីៗ ដែលអ្នកមានអំពី ECM?

មានសំណួរ?

ហៅ Health Net at 800-675-6110 (TTY: 711) 24 ម៉ោង មួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ មួយអាទិត្យ

Nondiscrimination Notice

Health Net follows State and Federal civil rights laws and does not discriminate, exclude people or treat them differently because of sex, race, color, religion, ancestry, national origin, ethnic group identification, age, mental disability, physical disability, medical condition, genetic information, marital status, gender, gender identity or sexual orientation.

Health Net provides:

- Free aids and services to people with disabilities to communicate better with us, such as qualified sign language interpreters and written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats).
- Free language services to people whose primary language is not English, such as qualified interpreters and information written in other languages.

If you need these services or to request this document in an alternative format, contact the Health Net Customer Contact Center at 1-800-675-6110 (TTY: 711), 24 hours a day, 7 days a week, 365 days a year.

If you believe that Health Net has failed to provide these services or unlawfully discriminated in another way, you can file a grievance with Health Net by phone, in writing, in person or electronically:

- By phone: Call Health Net Civil Rights Coordinator at 1-866-458-2208 (TTY: 711), Monday through Friday, 8 a.m. to 5 p.m.
- In writing: Fill out a complaint form or write a letter and send it to Health Net Civil Rights Coordinator, P.O. Box 9103, Van Nuys, CA 91409-9103.
- In person: Visit your doctor's office or Health Net and say you want to file a grievance.
- Electronically: Visit Health Net's website at www.healthnet.com

You can also file a civil rights complaint with the California Department of Health Care Services, Office of Civil Rights by phone, in writing or electronically:

- By phone: Call 916-440-7370. If you cannot speak or hear well, please call 711.
- In writing: Fill out a complaint form or write a letter and send it to Deputy Director, Office of Civil Rights, Department of Health Care Services, Office of Civil Rights, P.O. Box 997413, MS 0009, Sacramento, CA 95899-7413.
  Complaint forms are available at http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx.
- Electronically: Send an email to CivilRights@dhcs.ca.gov.

If you believe you have been discriminated against because of race, color, national origin, age, disability or sex, you can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights by phone, in writing or electronically:

- By phone: 1-800-368-1019 (TDD: 1-800-537-7697)
- In writing: Fill out a complaint form or send a letter to U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201
  Complaint forms are available at http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html
- Electronically: Visit the Office for Civil Rights Complaint Portal at https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf.

English: If you, or someone you are helping, need language services, call 1-800-675-6110 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like accessible PDF and large print documents, are also available. These services are at no cost to you.

Arabic: إذا كنت أنت أو أي شخص تقوم بمساعدته، بحاجة إلى الخدمات اللغوية، فاتصل بالرقم 1-800-675-6110 (TTY: 711) تتوفر أيضاً المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل الملفات المنقولة (PDF) التي يمكن الوصول إليها والمستندات المطبوعة الكبيرة. تتوفر هذه الخدمات بدون تكلفة بالنسبة لك.

Armenian: Եթե դուք կամ որևէ մեկը, ում դուք օգնում եք, ունեն լեզվական օգնության կարիք, զանգահարեք 1-800-675-6110 (TTY՝ 711)։ Հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար հասանելի են օգնություն և ծառայություններ, ինչպես օրինակ՝ մատչելի PDF և մեծ տպագրությամբ փաստաթղթեր։ Այս ծառայությունները ձեզ համար անվճար են։

Cambodian: ប្រសិនបើអ្នក ឬនរណាម្នាក់ដែលអ្នកកំពុងជួយ ត្រូវការសេវាផ្នែកភាសា សូមទូរសព្ទទៅលេខ 1-800-675-6110 (TTY: 711)។ ជំនួយ និងសេវាកម្មផ្សេងៗសម្រាប់អ្នកដែលពិការ ដូចជាទម្រង់ PDF សម្រាប់អ្នកពិការ និងឯកសារព្រីនជាអក្សរខ្នាតធំក៏មានផ្ដល់ជូនផងដែរ។ សេវាកម្មទាំងនេះត្រូវបានផ្ដល់ជូនអ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ។

Chinese: 如果您或您正在幫助的其他人需要語言服務，請致電1-800-675-6110 (TTY: 711)。另外，還為殘疾人士提供輔助和服務，例如易於讀取的 PDF 和大字版文件。這些服務對您免費提供。

Farsi: اگر شما یا هر فرد دیگری که به او کمک می‌کنید نیاز به خدمات زبانی دارد، با شمارهٔ 1-800-675-6110 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدماتی مانند مدارک با چاپ درشت و PDF دسترس‌پذیر نیز برای معلولان قابل عرضه است. این خدمات هزینه‌ای برای شما نخواهد داشت.

Hindi: यदि आपको, या जिसकी आप मदद कर रहे हैं उसे, भाषा सेवाएँ चाहिए, तो कॉल करें 1-800-675-6110 (TTY: 711)। विकलांग लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे सुलभ PDF और बड़े प्रिंट वाले दस्तावेज़, भी उपलब्ध हैं। ये सेवाएँ आपके लिए मुफ़्त उपलब्ध हैं।

Hmong: Yog hais tias koj, los sis ib tus neeg twg uas koj tab tom pab nws, xav tau cov kev pab cuam txhais lus, hu rau 1-800-675-6110 (TTY: 711). Tsis tas li ntawd, peb kuj tseem muaj cov khoom siv pab thiab cov kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab tib si, xws li cov ntaub ntawv PDF uas tuaj yeem nkag cuag tau yooj yim thiab cov ntaub ntawv luam tawm uas pom tus niam ntawv loj. Cov kev pab cuam no yog muaj pab yam tsis xam nqi dab tsi rau koj them li.

Japanese: ご自身またはご自身がサポートしている方が言語サービスを必要とする場合は、1-800-675-6110 (TTY: 711)までお問い合わせください。障がいをお持ちの方のために、アクセシブルなPDFや大きな文字で書かれたドキュメントなどの補助・サービスも提供しています。これらのサービスは無料で提供されています。

Korean: 귀하 또는 귀하가 도와주고 있는 분이 언어 서비스가 필요하시면 1-800-675-6110 (TTY: 711) 번으로 연락해 주십시오. 장애가 있는 분들에게 보조 자료 및 서비스(예: 액세스 가능한 PDF 및 대형 활자 인쇄본)도 제공됩니다. 이 서비스는 무료로 이용하실 수 있습니다.

Laotian: ຖ້າທ່ານ, ຫຼື ບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ທ່ານກຳລັງຊ່ວຍເຫຼືອ, ຕ້ອງການບໍລິການແປພາສາ, ໂທ 1-800-675-6110 (TTY: 711). ນອກນັ້ນ, ພວກເຮົາຍັງມີອຸປະກອນຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ການບໍລິການສຳລັບຄົນພິການອີກດ້ວຍ, ເຊັ່ນ ເອກະສານ PDF ທີ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງໄດ້ສະດວກ ແລະ ເອກະສານພິມຂະໜາດໃຫຍ່. ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນມີໄວ້ຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານໂດຍບໍ່ໄດ້ເສຍຄ່າໃດໆ.

Mien: Da’faanh Meih, Fai Heuc Meih Haih Tengx, Oix Janx-kaeqv waac gong, Heuc 1-800-675-6110 (TTY: 711). JomcCaux gong Bun Yangh mienh Caux mv fungc, Oix dongh eix PDF Caux Bunh Fiev dimc, Haih yaac kungx nyei. Deix gong Haih buatc Yietc liuz maiv jaax-zinh Bieqc Meih.

Punjabi: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ, ਤਾਂ 1-800-675-6110 (TTY: 711) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹੁੰਚਯੋਗ PDF ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ।

Russian: Если вам или человеку, которому вы помогаете, необходимы услуги перевода, звоните по телефону 1-800-675-6110 (TTY: 711). Кроме того, мы предоставляем материалы и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы в специальном формате PDF или напечатанные крупным шрифтом. Эти услуги предоставляются бесплатно.

Spanish: Si usted o la persona a quien ayuda necesita servicios de idiomas, comuníquese al 1 800-675-6110 (TTY: 711). También hay herramientas y servicios disponibles para personas con discapacidad, como documentos en letra grande y en archivos PDF accesibles. Estos servicios no tienen ningún costo para usted.

Tagalog: Kung ikaw o ang taong tinutulungan mo ay kailangan ng mga serbisyo sa wika, tumawag sa 1-800-675-6110 (TTY: 711). Makakakuha rin ng mga tulong at serbisyo para sa mga taong may mga kapansanan, tulad ng naa-access na PDF at mga dokumentong malaking print. Wala kang babayaran para sa mga serbisyong ito.

Thai: หากคุณหรือคนที่คุณช่วยเหลือ ต้องการบริการด้านภาษา โทร 1-800-675-6110 (TTY: 711) นอกจากนี้ยังมีความช่วยเหลือและบริการสำหรับผู้ทุพพลภาพ เช่น PDF ที่เข้าถึงได้และเอกสารที่พิมพ์ขนาดใหญ่ บริการเหล่านี้ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับคุณ

Ukrainian: Якщо вам або людині, якій ви допомагаєте, потрібні послуги перекладу, телефонуйте на номер 1-800-675-6110 (TTY: 711). Ми також надаємо матеріали та послуги для людей з обмеженими можливостями, як-от документи в спеціальному форматі PDF або надруковані великим шрифтом. Ці послуги для вас безкоштовні.

Vietnamese: Nếu quý vị hoặc ai đó mà quý vị đang giúp đỡ cần dịch vụ ngôn ngữ, hãy gọi 1-800-675-6110 (TTY: 711). Chúng tôi cũng có sẵn các trợ giúp và dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu dạng bản in khổ lớn và PDF có thể tiếp cận được. Quý vị được nhận các dịch vụ này miễn phí.

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែមទៀត អំពី ECM ទាក់ទង

Health Net លេខ 800-675-6110 (TTY: 711) 24 ម៉ោងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃ មួយអាទិត្យ

Health Net of California, Inc. និង Health Net Community Solutions, Inc. គឺជាសាខានៃ Health Net, LLC.។
Health Net គឺជាសញ្ញាសេវាបានចុះបញ្ជីនៃ Health Net, LLC.។ រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាង។

BKT650751DH01w (6/22)