



센트럴 헬스  
메디케어 플랜



2024

# 리소스 가이드

귀하의 건강은 저희가 하는  
모든 일의 중심입니다!



# 센트럴 헬스 메디케어 플랜에 오신 것을 환영 합니다.

귀하가 여기에 오시게 되어 저희는 정말 기쁩니다! 귀하의 건강 플랜 책임자로서 이용하기 간편하고 접근이 용이한 헬스케어를 제공하는 것이 당사의 사명입니다. 귀하의 플랜은 귀하의 고유한 요구사항을 충족하는 혜택으로 면밀하게 설계되었습니다. 이 리소스 가이드 전반에 걸쳐 플랜 혜택, 질문이 있을 시 연락 할 곳, 필요할 때 케어를 받는 방법에 관한 유용한 정보를 찾을 수 있습니다.

당사와 귀하의 플랜에 관해 알아보는 동안 시작하는데 도움이 될 몇 가지 간단한 단계를 살펴보면 다음과 같습니다:

## ID 카드 확인

ID 카드에 기재된 주치의(PCP)와 IPA가 맞는지 확인 하십시오. 맞지 않다면 바로 1-866-314-2427로 전화 하셔서 정정 요청을 하십시오.

## 연례 건강 관리 방문 (AWV) 예약

주치의 오피스에 연락해 플랜 시작일 이후로 AWV 예약을 하십시오. AWV에 관한 자세한 내용은 7 페이지에 나와 있습니다.

## 건강 위험 평가(HRA) 작성

HRA양식은 웰컴 패킷에서 찾으실 수 있습니다. 직접 작성 하거나 당사의 친절한 멤버 서비스팀에 전화, 도움을 받아 작성할 수 있습니다 (연락처는 5페이지에 나와 있습니다). 양식을 작성하고 제공된 봉투에 넣어 우편으로 당사로 보내주십시오.

## 리워드 플러스 시작 하기

AWV 실행, HRA 작성 및 적격 예방 검사 완료로 주어지는 귀중한 보상을 받을 수 있는 방법을 알아 보려면 11페이지를 참조 하십시오. 연례 검진은 진료에 있어 매우 중요한 부분입니다. 올해 어떤 검사를 받아야 하는지에 관해 귀하의 PCP와 상담 하십시오.

## 혜택 이해하고 활용하기

커버리지 범위 증명서(EOC)에서 플랜의 자세한 혜택 커버리지 범위와 비용을 확인 하실 수 있습니다. 귀하의 EOC를 보시려면 [centralhealthplan.com/Materials/EOC](http://centralhealthplan.com/Materials/EOC) 에 접속 하십시오. 또한 멤버 서비스에 전화하여 인쇄된 사본을 요청할 수 있습니다.

# 목차

- 3 센트럴 헬스 메디케어 플랜 소개
- 5 멤버 서비스
- 6 센트럴 헬스 메디케어 플랜 ID 카드
- 7-8 귀하의 주치의
  - 7 연례 건강 관리 방문 (AWV)
  - 8 귀하의 플랜 네트워크 이해 하기
- 9 24/7 상담 라인
- 10 긴급 케어 서비스
- 11-12 리워드 프로그램
- 13-15 플렉스 프로그램
  - 14 일반 의약품 (OTC) 보조
  - 14 14 건강 식품 보조
  - 14 14 피트니스 보조
  - 14 14 치과 보조
- 16 치과 보험
- 17-18 시력 보험
- 19 청력 보험
- 20 침술
- 21-22 피트니스 멤버십
- 23 간편 식
- 24 이송 서비스
- 25-26 개인 비상 대응 시스템 (PERS)
- 27-28 처방약 커버리지
  - 27 복제 약과 유명 브랜드 약
  - 27 추가 도움
- 28-29 처방약 배달
- 30-31 만성 질환 관리 프로그램
  - 30 귀하의 케어 매니저
  - 31 귀하의 개별적 케어 프로그램
- 32-33 케어 전환 (TOC) 프로그램
- 34-35 Medicare - Medi-Cal (Medi-Medi) 커버리지 범위
- 36 멤버 자문 위원회 (MAC)
- 36-37 불만 제기 권리
- 38-41 디렉토리 및 유용한 연락처



**센트럴 헬스  
메디케어 플랜**

## 멤버 서비스

**우리는 귀하를 돕기 위해 여기에 있습니다.**

커버리지 범위에 관해 궁금한 점이 있나요? 받으신 고지서 이해에 도움이 필요 하십니까? 당사의 친절한 멤버 서비스 팀이 언제든지 플랜에 관한 귀하의 궁금점을 풀어 드립니다. 저희 팀은 주 7일 귀하의 전화를 받을 수 있습니다 - 그리고 당사는 다양한 언어로 도와 드릴 수 있습니다!



### 통신비 무료 전화

1-866-314-2427, TTY 711



### 웹 사이트 방문

[centralhealthplan.com](http://centralhealthplan.com)



### 운영 시간

주 7일 오전 8시 - 오후 8시



### 주소

Central Health Medicare Plan  
Attn: Member Services Department  
PO Box 14244  
Orange, CA 92863



# 귀하의 센트럴 헬스 메디케어 ID 카드

귀하의 멤버 아이디 카드는 귀하의 건강 플랜의 가장 중요한 열쇠입니다. 카드에는 귀하의 플랜에 관한 세부 사항이 포함되어 있고 귀하의 케어 커버리지를 위해 의료 제공자, 약국에서 어디로 청구서를 보내야 하는지 나와 있습니다.

건강 관련 모든 예약에 귀하의 아이디 카드를 지참하고 가시는 것이 중요합니다. 처방 조제를 받을 때 약국에 반드시 귀하의 아이디 카드를 제시 하십시오. 캘리포니아 주정부 발행 Medi-Cal 카드가 있는 경우에 함께 지참 하기 바랍니다.

귀하의 아이디 카드를 검토하여 귀하의 PCP와 IPA가 올바르게 기재 되어 있는지 확인하십시오. 만약 아이디 카드 사항에 변경이 필요하거나 받지 못한 경우 바로 저희 멤버 서비스 부서로 연락하십시오, 1-866-314-2427 (TTY 711), 주 7일, 오전 8시에서 오후 8시 사이.

PLAN: <XXXXXXXX>  
 PLAN TYPE: <HMO>  
 NAME: <FIRST M. LAST>  
 ID: <XXXXXXXXXXXX>  
 Eff. Date: <MM/DD/CCYY>  
 PCP: <PCP Name> PH: <(XXX) XXX-XXXX>  
 GRP/IPA: <Physician/Group/IPA> PH: <(XXX) XXX-XXXX>  
 Copay: PCP: <\$XX> ER: <\$XX> HOSP: <\$XX>



Prescription Drug Plan

RX GROUP: <XXXXXX> ISSUER: (80840)  
 RX BIN: <XXXXXX> PCN: <XXXXXX>



THIS CARD IS FOR IDENTIFICATION ONLY AND DOES NOT PROVE ELIGIBILITY FOR SERVICES. Contact Central Health Medicare Plan to confirm eligibility. All care must be arranged through your assigned contracted Primary Care Physician or Specialist.  
 NON-PLAN PROVIDERS / HOSPITAL EMERGENCY ROOM – Except in emergencies, members must obtain a prior authorization for physician and hospital services including post-stabilization.

**Central Health Medicare Plan Member Services:**  
 1-866-314-2427, TTY 711

**Medical Claims Submission:**

<PAYOR\_NAME>  
 <PAYOR\_ADDRESS1>  
 <PAYOR\_CITY> <PAYOR\_STATE>  
 <PAYOR\_ZIP>  
 <PAYOR\_PHONE><PAYOR\_TTY>  
[www.centralhealthplan.com](http://www.centralhealthplan.com)

**Pharmacy Claims Submission:**

Express Scripts, Attn: Medicare Part D  
 PO Box 14718  
 Lexington, KY 40512-4718  
 Help Desk: 1-877-657-2498  
 TTY: 1-800-899-2113  
 Fax: 1-608-741-5483

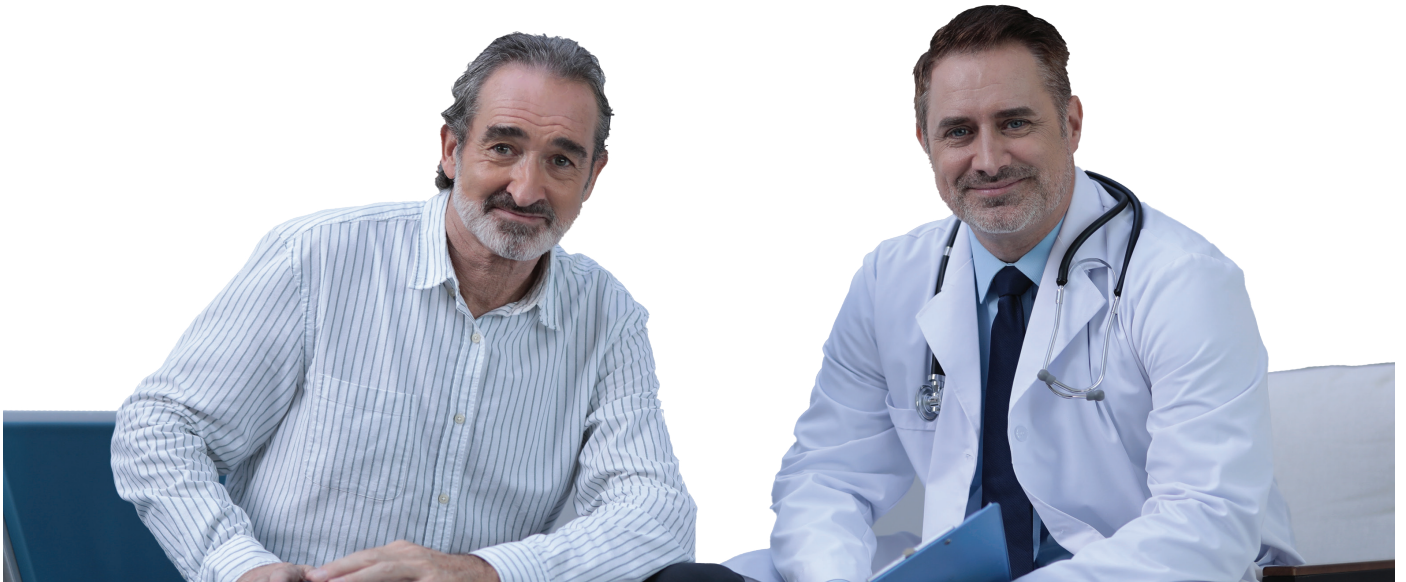
# 귀하의 주치의 (PCP)

훌륭한 케어는 귀하의 주치의(PCP)로부터 시작됩니다. PCP는 정기적인 건강 관리 방문 및 비 전문 의료 분야 서비스를 위해 귀하가 만나게 될 의사이며 귀하의 건강 관리에 있어 중요한 파트너입니다. 주치는 귀하의 케어 일정을 조정하고, 필요시 네트워크내 전문 의료인에게 의뢰하며, 건강을 유지하기 위한 목표를 설정하는데 도움을 줍니다.

## 연례 건강 관리 방문 (AWV)

건강 유지의 핵심은 예방이며, 이는 연례 건강 관리 방문(AWV)이라고도 알려진 연간 검진으로 시작됩니다. AWV중에 귀하의 주치의(PCP)는 빈틈 없는 검진을 시행해 줄 것입니다. 검진 중에는 최근 건강 변화를 주치의에게 알리고 복용약과 용량에 대해 상의하는 것이 중요합니다. 경우에 따라 AWV 완료를 위해 당사는 제3자 업체와 협력할 수도 있습니다. 그들이 귀하의 AWV 완료를 해야 하는지는 귀하의 주치이나 의료 그룹과 상의하십시오. 이에 관한 질문이 있으면 저희 멤버 서비스 팀에 문의하십시오.

1차 의료 제공자를 만나기 어려운 경우나 다른 주치의를 선택하고 싶은 경우 언제든지 도움을 드릴 준비가 되어 있습니다! 친절한 회원 서비스 팀에 전화해 옵션을 논의 해보세요.



# 귀하의 플랜 네트워크 이해하기

## HMO

귀하의 플랜은 건강 유지 관리 기관 (HMO)에 속해 있습니다. HMO에서 귀하는 특정 의사 네트워크와 기타 의료 서비스 제공자로부터 보장된 서비스를 받습니다. 귀하는 이 네트워크 내에서 귀하의 PCP를 선택 해야 합니다.

## IPA/Medical Group

귀하의 PCP는 독립 의사 협회 (IPA) 또는 의료 그룹이라는 네트워크에 소속되어 있을 수도 있습니다. PCP를 선택하시면 귀하는 해당 의사의 IPA/의료 그룹에도 속하게 됩니다. 이 경우 해당 IPA/의료 그룹이 센트럴 헬스 메디케어 플랜의 네트워크에 속하고 있다면 배정 받고 싶으신 그룹을 선택하실 수 있습니다.

## 전문의(Specialists)

전문의의 진료가 필요한 경우 귀하의 PCP는 할당된 IPA 네트워크내의 전문의를 추천, 소개 할 것입니다. 귀하의 주치의가 IPA에 속하지 않은 경우 주치의는 센트럴 헬스 메디케어 플랜 네트워크 내 전문의를 찾아 추천해 드릴 것 입니다.

## 네트워크 내 (In-Network) 서비스를 받는 것이 유리한 이유



네트워크는 의료 비용을 절감하는데 도움을 줍니다. 선정된 IPA 소속 의사를 만나면 귀하를 가장 잘 아는 의사로부터 진료를 받을 수 있을 뿐만 아니라 가장 좋은 가치로 진료를 받는 것 입니다. 필요한 의사나 진료를 찾을 수 없는 경우가 생긴다면 지정된 IPA를 변경 해야 할 수도 있습니다.

[Centralhealthplan.com/NetworkProviders/Directory](http://Centralhealthplan.com/NetworkProviders/Directory)에서 지정 가능한 IPA 네트워크를 찾으시거나 멤버 서비스에 전화 하셔서 새 IPA 선택에 도움을 받으세요.

## 치료 중 전환 (Mid-Treatment Transition)

플랜에 가입한지 얼마 안되었고 전문의의 케어, 치료를 받고 있는 중인가요? 센트럴 헬스 메디케어 플랜에 가입하는 즉시 PCP에게 연락하여 그 전문의가 네트워크 소속인지 확인 하십시오. 네트워크 외부에 있는 경우 귀하의 PCP는 네트워크 내 전문의에게 연결 하거나 현재 의료 서비스를 제공하는 전문의와 협력하여 케어, 치료를 계속하고 완료 할 것입니다.

**보장 서비스에 대한 참고 사항:** 본 안내서에 제공된 혜택 정보에는 당사가 커버하는 서비스나 제한 사항 또는 제외 사항이 모두 수록되어 있지는 않습니다. 당사가 커버하는 서비스의 전체 목록을 원하시면 [centralhealthplan.com/Materials/EOC](http://centralhealthplan.com/Materials/EOC)에서 커버리지 범위 증명서(EOC)를 검토 하시거나 멤버 서비스에 연락 하셔서 사본을 요청 하십시오.



# 24/7 상담 라인

## 24/7 간호사 상담 라인

1-888-920-8809, TTY 711에 전화하여  
연중 무휴 24시간 간호사와 연락하세요.

센트럴 헬스 플랜은 귀하의 건강 상태와 건강 문제에 대한 조언 필요 시 전화할 수 있는 간호사 상담 라인을 제공 합니다. 간호사는 귀하의 징후와 증상을 토대로 정보를 제공하거나 응급 치료 서비스를 받아야 하는지 알려줄 수 있습니다. 즉각적인 진단이 필요한 경우 연중 무휴 24시간 Teladoc에 연락할 수 있습니다.

## 24/7 원격 헬스 (Telehealth)

Teladoc을 사용 하시면 편리하게 전화, 영상 또는 모바일 앱 방문을 통해 연중 무휴 24시간 미국 의사 협회가 인증한 의사와 만날 수 있습니다. 지금 귀하의 계정을 설정 하시면 치료가 필요할 때 전화나 클릭만으로 Teladoc 의사에게 연락 하실 수 있습니다.



### 1. 계정 설정

#### 온라인:

Teladoc.com에 가서서  
“set up account”를  
클릭 하십시오.  
**Teladoc.com**

#### 모바일 앱:

앱을 다운로드 받으시고  
“Activate account”를 클릭  
하십시오.  
**Teladoc.com/mobile**

#### TELADOC에 전화:

Teladoc은 전화로 귀하의 계정  
등록을 하는 도움을 줄 수 있습니다.  
**1-800-Teladoc (835-2362)**  
**(TTY 1-855-636-1578)**

**2. 병력 제공** - 귀하의 병력은 Teladoc 의사에게 정확한 진단을 내리는데 필요한 정보를 제공 합니다.

**3. 상담 요청** - 계정이 설정되면 진료가 필요 할 때마다 상담을 요청하고 전화, 웹 또는 모바일 앱을 통해 의사와 대화 하세요.

**Teladoc** 의사들은 응급 상황을 제외한 다양한 의학적 질환을 진단하고 치료 할 수 있습니다.

아무때나 무료로 간호사나 의사와 상담하세요!

# 긴급 케어와 응급실

적절한 시간에 적절한 종류의 의료 제공자를 방문하는 것은 각 상황에서 최상의 치료와 결과를 얻는 데 중요한 부분입니다.

## 주치의 (PCP)

- 건강 검진 및 예방 접종
- 예방적 진료 및 검사
- 급작스러운 질병  
(예: 인후통, 발진)

## 긴급 케어 (URGENT CARE)

- 염좌 또는 경미한 사고
- 경미한 감염
- 담당 PCP를 방문 할 수 없는 경우

## 응급실 (EMERGENCY ROOM)

- 대형 사고
- 호흡 곤란
- 가슴 통증

꼭 네트워크 내 응급실을 방문 해야 하거나 응급치료에 대한 승인을 받아야 할 필요는 **없습니다**.

## 긴급 케어 vs 응급실

	긴급 케어	응급실
비용	긴급 진료에는 <b>비용이 들지 않습니다</b> .	귀하의 응급 서비스는 보장되며 방문에 대한 본인 부담금이 있을 수 있습니다. 구급차 서비스도 본인 부담금을 지불 해야 할 수 있습니다.
최적의 옵션은?	긴급 케어 서비스는 생명을 위협하지 않지만 즉각적 치료가 필요한 부상이나 질병에 사용 됩니다.	응급실 방문은 심각하거나 생명을 위협하는 응급상황 대처를 위한 것입니다.
고려해야 할 사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 긴급 케어 는 시간과 비용을 절약 할 수 있습니다.</li> <li>• 집을 떠나 있는 상황에서 의료 서비스가 필요한 경우 긴급 케어가 좋은 선택 일 수 있습니다.</li> <li>• 가슴 통증이 있는 경우는 응급실을 방문 하세요.</li> </ul>	귀하의 상태가 생명을 위협하지 않는 경우 응급실에서 기다리는 대신 긴급 케어를 고려해 주십시오.

# 리워드 플러스 (Rewards+) 프로그램

## 스스로 자신을 돌보는 것이 리워드로 돌아올 수 있습니다!

귀하는 센트럴 헬스 메디케어 플랜 멤버로서 멤버 패스포트 완료와 건강 위험 평가서 (HRA) 작성 등의 건강한 행동을 실천 하는 것만으로도 소중한 리워드를 받을 자격이 있습니다. 이 건강한 행동들은 12월 31일 이전에 완료 해야 리워드를 받을 수 있습니다.



방문 일정을 잡아 주치의와 올해 필요한 검사가 무엇인지 의논 하십시오. 리워드 수여가 적용 되는 검사 리스트는 다음 장에 나옵니다.



건강 예방 검사를 **12월31일** 이전에 완료해 보상을 받으십시오. 검사는 플랜 년도 시작일 이후에 시행되어야 자격이 주어집니다.



저희가 귀하의 주치의로부터 완료된 검사를 받으면 플렉스 카드에 보상 금액을 적립해 드립니다.

플렉스 카드는 우편으로 발송 됩니다. 더 많은 활동을 완료하면 보상 금액을 완료 날짜로부터 60-90 영업일 이내에 카드에 추가해 드립니다. 리워드 달러 사용 가능 소매점 중 어느곳에서나 다양한 제품에 사용하실 수 있습니다. 저희는 연중 내내 보상을 추가해 드릴 것이므로 카드를 소중히 보관하십시오!

### 귀하의 리워드 금액은 다음 유형의 소매점에서 사용 가능합니다.

- 식료품 점, 슈퍼마켓
- 편의점, 시장, 전문 매장 및 자동 판매기
- 제과점, 요식업소 및 레스토랑 (패스트푸드 식당이나 술집은 제외)\*
- 전자 제품 판매점
- 가전 제품 판매점
- 공구 점, 잔디와 정원 관리 용품 판매점
- 주유소

\* 카드는 도매 클럽, 할인 매장, 약국, 패스트푸드 레스토랑 및 의료 서비스 제공자 사무실에서 사용할 수 없습니다.

# 리워드 플러스 프로그램 장려 정책

## 리워드를 적립하세요

보상을 얻는 것은 생각보다 훨씬 쉽습니다. 실제로 매년 이미 하고 있는 건강한 행동들을 실행 함으로서 보상을 받을 수도 있습니다.

### **\$100** 건강한 당신으로 향하는 패스포트 (Passport)

여름에는 패스포트를 우편으로 보내 드리겠습니다. 패스포트에는 귀하에게 필요할 수 있는 건강 검진에 관한 정보와 PCP와 논의해야 할 질문 사항들이 제공 됩니다. 먼저 패스포트에 나와 있는 질문 사항들을 검토하고 그에 답변해 주십시오. 그런 다음 담당 PCP와 약속을 잡고 함께 패스포트를 검토 하십시오. 귀하의 PCP는 당사 서비스 제공자 포털을 통해 패스포트에 전자 서명을 해야 합니다.

### **\$25** 건강 위험 평가 (HRA)

환영 패킷에 포함된 양식을 작성하고 우편으로 보내세요. 양식 작성에 도움이 필요한 경우 멤버 서비스에 전화하세요.

### **\$25** 유방암 검진

올해 이 검진이 필요한지 확인하려면 주치의(PCP)에게 문의하세요.

모든 멤버에게 모든 리워드 수혜 자격이 주어지는 것은 아닙니다. 스크린과 검사의 자격 요건은 제공자의 재량에 달려 있습니다.

# 플렉스 카드

귀하의 플랜에는 승인된 일반 약국 및 건강 관련 상품을 구입하는 데 사용할 수 있는 혜택 수당이 포함되어 있습니다. 귀하의 계획에는 치과 서비스, 건강한 식품 및 피트니스에 대한 수당도 포함될 수 있습니다. 귀하의 플랜에 포함된 수당을 확인하려면 **centralhealthplan.com/Materials/EOC**의 커버리지 범위 증명서 (EOC)를 참조하거나 멤버 서비스에 요청하여 사본을 받으십시오.

귀하의 모든 수당은 NationsBenefits의 Benefits Mastercard® 선불 카드에 쉽게 적재됩니다.

NationsBenefits는 귀하의 플렉스 카드를 우편으로 보내고 귀하의 수당액은 매월 또는 분기별로 시작 때 적재됩니다\*. 수당은 서로 교환할 수 없으며 해당 혜택에만 유효합니다. 예를 들어, 귀하의 OTC 수당은 OTC 상품에만 유효하며 치과 서비스에는 사용할 수 없습니다. 사용하지 않은 수당 금액은 다음 주기로 이월되지 않습니다. 만료되기 전에 사용하십시오.



## 일반 약품 (OTC) 수당

귀하의 플렉스 카드를 사용하여 승인된 비 처방 건강 및 웰빙 제품을 구입하세요. 메디케어 및 메디케이드 서비스 센터 (CMS)는 귀하의 구매를 승인된 항목으로만 제한합니다.

### CMS 승인 OTC 항목:

- 알레르기, 감기, 독감 및 비강 감기 약
- 응급 처방 및 의료 용품
- 제산제 및 산 감소 제 • 항 진균 및 가려움 방지 약
- 치질용 제품
- 치과 및 의치 관리
- 요실금용 용품
- 귀 관리
- 진통제 및 해열제
- 눈 관리
- 피부 관리 및 선 케어 제품
- 비타민 및 미네랄

\*주기 (예: 월별, 분기별)는 귀하의 플랜 혜택에 따라 달라집니다. 귀하의 커버리지 범위 증명서(EOC)를 참조하십시오.

## 건강 식품 수당

귀하의 플랜에는 유자격 멤버를 위해 사용 가능한 건강 식품 수당이 포함될 수 있습니다. 이 수당은 균형 잡힌 식단을 유지하는 데 도움이 되는 플랜 승인 건강 식품 물품을 구매하는 데 사용할 수 있습니다.

### 플랜 승인 항목:

- 신선한 또는 통조림으로 만들어 지거나 냉동된 과일과 채소
- 고기
- 콩과 레귤스 (legumes, 콩과 작물)
- 건강 곡물
- 통조림 수프
- 밀가루와 설탕과 같은 식료품 저장실 주요 식품
- Healthrageous를 통한 간편 식

## 피트니스 수당

귀하의 플랜에는 체력을 유지하는 데 도움이 되는 체육관 멤버십, 피트니스 수업, 장비 및 이벤트 비용을 지불하는데 사용할 수 있는 수당이 포함될 수 있습니다.

**참고:** 귀하의 피트니스 수당은 SilverSneakers 피트니스 혜택과는 별도입니다. 자세한 내용은 21 페이지를 참조하십시오.

### 플랜 승인된 구매:

- 참여 지역의 체육관 멤버십
- 요가 및 볼 룸 댄스 수업과 같은 피트니스 활동 및 수업
- 하루 한번의 골프 라운드
- 가정용 피트니스 장비

## 치과 수당

귀하의 계획에는 추가 치과 서비스 비용을 지불하는 데 도움이 되는 치과 수당이 포함될 수 있습니다. 이 치과 수당은 귀하 플랜의 치과 혜택 외에 추가로 제공됩니다. 이 치과 수당은 다음과 같은 항목의 비용을 지불하는 데 사용할 수 있습니다:

- 보험 적용되는 치과 서비스에 대한 본인 부담금
- 치아 충전, 근관 치료, 치관(Crown), 의치 등과 같은 추가적, 포괄적인 치과 서비스 등

**참고:** 귀하의 치과 수당은 유자격 치과 의료 서비스 제공자라면 어느곳에서나 사용할 수 있습니다.

# 허용 된 항목 구입하기

건강, 웰빙 항목들은 아래 방법으로 구입 하실 수 있습니다:



## 온라인으로 Benefits Pro 포털에서

Benefits Pro 포털은 플렉스 카드를 온라인으로 관리할 수 있는 곳입니다. 잔액을 확인하고 승인된 항목을 주문하며 승인된 소매 점 목록을 찾을 수 있습니다.

Benefits Pro 포털을 통해 온라인으로 구입한 항목은 무료로 집으로 배송됩니다! 계정을 만들고 시작하려면 오른쪽의 QR 코드를 스캔하거나 **CentralHealthPlan.NationsBenefits.com**을 방문하십시오.



또한 Benefits Pro 앱을 스마트폰에 다운로드하여 이동 중에도 이용 할 수 있습니다. App Store 또는 Google Play에서 “Benefits Pro”를 검색하면 됩니다.



## 매장에서

승인된 소매 점에서 물품 구매 시 체크아웃 할 때 플렉스 카드로 결제하십시오. 승인된 소매점 목록을 찾으려면 NationsBenefits에 연락하거나 웹사이트를 방문하세요.



## 전화

전화로 주문하려면 NationsBenefits의 1-866-876-8637 (TTY: 711)로 연락하십시오. 회원 경험 컨설턴트는 매주 7일, 오전 8시부터 오후 8시까지 상담 가능하며 언어 지원 서비스도 제공됩니다.



## 우편

NationsBenefits에 연락하여 귀하에게 우편으로 OTC 카탈로그 또는 식료품 카탈로그를 우송해 줄 것을 요청하십시오. 카탈로그 내에 포함된 주문 양식을 작성하고 우편으로 보내면 됩니다.

## 도움 말

- **카드를 활성화하세요.** 카드를 사용하기 전에 플렉스 카드를 활성화해야 합니다. 멤버 경험 컨설턴트와 상담하려면 Benefits Pro 포털을 방문하거나 NationsBenefits의 **1-866-876-8637 (TTY: 711)**로 전화하세요.
- **귀하의 플렉스 카드는 자신을 위해서만 사용할 수 있습니다.** 친구나 가족 구성원을 포함하여 다른 사람을 대신하여 구매하는 것은 허용되지 않습니다.
- **카드를 살려 두세요.** 자격을 갖춘 플랜에 등록하고 계시는 동안은 수당을 계속 적재해 드립니다.
- **수당을 사용하세요.** 주기가 종료되기 전에 수당 잔액을 사용하도록 권장합니다. 사용하지 않은 금액은 이월되지 않습니다.
- **잔액 확인하세요.** 잔액을 확인하려면 Benefits Pro 포털을 방문하거나 NationsBenefits의 1-866-876-8637 (TTY: 711)로 전화하세요. 카드에서 사용할 수 있는 금액보다 구매 금액이 더 많은 경우, 나머지 금액을 다른 결제 수단으로 지불해야 합니다.

Benefits Mastercard® Prepaid Card는 The Bancorp Bank N.A.에서 발급되며, Mastercard International Incorporated의 라이선스 계약에 따라 발급되었고 Mastercard가 허용되는 모든 적격 비용 지불에 사용할 수 있습니다. Mastercard 및 원형 디자인은 Mastercard International Incorporated의 상표입니다. 미국 내에서만 유효하며 현금 인출은 불가능합니다.

# 치과 보험



충치는 시작 전 방지하세요. 정기적으로 치과 스케일링과 검진 (치과 플랜 내에서 낮은 비용 또는 무료로 지원됨)을 받으면 충치 발생 위험을 줄이고 고통스럽고 비용이 많이 들기전에 문제를 발견하는데 도움이 됩니다.

## DeltaCare DHMO란 무엇인가요?

DeltaCare DHMO는 공동 부담금 (co-payments) 정해져 있고, 연간 본인 부담금이 없고, 최대 한도가 없는 커버 혜택을 제공하는 폐쇄 네트워크 상품입니다. 회원들은 DeltaCare DHMO에서 커버되는 서비스에 대한 공제액이 정의된 플랜 안내서를 받게 됩니다. 회원은 전통적인 HMO에서와 같이 DeltaCare DHMO 네트워크의 주치의 치과의를 선택해야만 치료를 받을 수 있습니다.

각 회원은 **자신에게 지정된 DeltaCare DHMO 치과 의사에게 보장되는 서비스를 받아야 하며**, 주치의 치과 의사에게 사전 승인된 전문가에 의해 제공되는 서비스나 응급 서비스를 제외한 다른 어떤 치료도 이 프로그램에서는 커버되지 않습니다.

## DeltaCare DHMO에 연락하는 방법:



### 전화

1-855-370-3867 (TTY 711)



### 운영 시간

월요일 - 일요일, 오전 8시 - 오후 8시 (10월 1일 - 3월 31일)

월요일 - 금요일, 오전 8시 - 오후 8시 (4월 1일 - 9월 30일)



### 웹사이트

[www1.deltadentalins.com/medicare/centralhealth/dhmo.html](http://www1.deltadentalins.com/medicare/centralhealth/dhmo.html)

귀하의 메디케어에 포함된 치과 서비스 외에도, Medi-Cal 보험의 레벨에 따라 추가적인 Medi-Cal 치과 혜택을 받을 수 있을 수 있습니다.

Medi-Cal 치과 프로그램에서 커버되는 서비스 전체 목록은 1-800-322-6384 (TTY 1-800-735-2922)로 전화하거나 [www.smilecalifornia.org](http://www.smilecalifornia.org) 를 방문하여 확인할 수 있습니다. 이러한 정보자료는 또한 Medi-Cal 치과 서비스 제공자를 찾아주고 항의 또는 불만사항을 제기하는 데 도움을 줄 수 있습니다.



# 시력 보험

POWERED BY

eye  
Med

뛰어난 시력과 건강한 라이프스타일... 1, 2, 3처럼 쉽습니다!

- 1 시력 관리 제공자 선택
- 2 예약 잡기
- 3 EyeMed® 보험 적용됐다고 제공자에게 알리기



귀하의 시력 플랜은 **매년 비용이 들지 않는** 시력 검사와 망막 검사를 제공합니다. 시력 혜택에는 표준 렌즈 또는 미용 콘택트 렌즈와 함께 새 안경테도 포함됩니다.<sup>1</sup>

귀하는 EyeMed의 Insight 네트워크에 속하므로 다양한 선택지를 가지고 있습니다. 독립적인 안과 의사, 인기있는 소매업체 또는 온라인 옵션 등 다양한 선택지가 있으며, 여기에는 심지어 가장 미세한 시력 문제도 볼 수 있는 최신 고급 시력 검진 기술도 포함 됩니다. EyeMed 네트워크는 센트럴 헬스 메디케어 플랜 서비스 지역에서 선택할 수 있는 12,000개 이상의 네트워크 내 액세스 포인트를 보유하고 있으며 아래와 같은 인기 소매체인을 포함하고 있습니다:



**멤버들은 아래 웹사이트에서 온라인으로도 혜택을 사용 할 수 있습니다:**

- lenscrafters.com
- targetoptical.com
- ray-ban.com
- glasses.com
- contactsdirect.com



시력 검사와 안경류를 모두 한곳에서 받거나 또는 시력 검사는 한 곳에서, 안경류는 다른 곳에서 받을 수 있습니다.  
**선택은 귀하의 것입니다!**



**전화**  
1-888-872-0473, TTY 711



**운영 시간**  
월요일 - 토요일, 서부시간으로 오전 5시 - 오후 8시,  
일요일, 서부 시간으로 오전 8시 - 오후 5시 (4월 1일 - 9월 30일)  
일요일, 서부 시간으로 오전 5시 - 오후 11시 (10월 1일 - 3월 31일)



**웹사이트**  
[member.eyemedvisioncare.com/centralhealth](http://member.eyemedvisioncare.com/centralhealth)

<sup>1</sup>일반 렌즈에 착색, 코팅 더함 등 다른 부가 요금에 대해서는 추가 할인을 받으실 수 있습니다. 추가 안경에 대해서는 40% 할인, 안경테 허용 할당을 초과하는 부분에 대해서는 20% 할인, 콘택트 렌즈 허용 할당을 초과하는 비용에 대해서는 15% 할인, 혜택으로 커버되지 않는 항목에 대해서는 20% 할인을 받을 수 있습니다. 창고형 매장 또는 도매점에서는 사용할 수 없습니다.

# 청력 커버리지

## nations hearing

센트럴 헬스 메디케어 플랜은 귀하에게 본인 부담금 (co-pay) \$0인 청력 보청기 검사 및 기타 건강 혜택을 제공하기 위해 NationsHearing®와 파트너십을 맺었습니다.

### 청력 검사를 받는 편리한 방법:



해당 지역 청력 보청기 공급업체와 청력 검사 일정을 예약해 드릴 Member Experience Advisor와 상담하려면 **1-866-876-8637(TTY: 711)**로 전화하세요. Member Experience Advisor는 매주 7일, 오전 8시부터 오후 8시까지 이용 가능하며 언어 지원 서비스도 제공됩니다.



선택 사항인 온라인 청력 스크리너를 이용하시려면 **CentralHealthPlan.NationsBenefits.com/Hearing**을 방문하세요.

### 포괄적 청력 보험 혜택은 아래 사항들을 포함하고 있습니다



#### 최첨단 기술

- 거의 모든 청취 상황에서 자연스럽게 생생한 소리를 즐기세요.
- 편안하고 편리하게 디자인되었습니다.
- 주요 제조업체의 다양한 보청기 선택 가능



#### 맞춤형 케어

- 완전한 만족도 성취를 위한 세 번의 후속 방문<sup>1</sup>
- 해당 지역 보청기 공급업체로부터 받는 품질 높은 케어
- 전담 Member Experience Advisor 팀과 언제든지 상담 가능



#### 시종일관 드리는 도움

- 60일의 체험/평가 기간과 100% 환불 보장을 통한 걱정 없는 구매
- 배터리 3년분 포함<sup>2</sup>
- 3년 제조업체 보증

혜택은 플랜에 따라 다릅니다. 전체 프로그램의 세부 사항들을 확인하시려면 귀하의 커버리지 범위 증명서를 참조하십시오.

<sup>1</sup> 착용일로부터 1년 이내에.

<sup>2</sup> 충전식 보청기 모델 구매에는 적용되지 않습니다.

©2022 NationsBenefits, LLC. 판권 소유. NationsHearing은 NationsBenefits, LLC의 등록 상표입니다. 다른 상표는 각 소유자의 자산입니다.

# 침술



센트럴 헬스 메디케어 플랜은 여러분께 보충 침술서비스를 제공하기 위해 캘리포니아의 American Specialty Health Plans, Inc.(ASH Plans)와 계약을 맺었습니다\*.<sup>1</sup>

귀하의 해당 지역내 침술사를 찾으려면 온라인에서 검색하거나 ASH에 1-800-678-9133 또는 TTY 1-800-735-2922로 전화하십시오. ASH는 월요일부터 금요일까지 오전 5시부터 오후 8시까지 이용 가능합니다. 예약 장소에 도착 하면 센트럴 헬스 메디케어 플랜 ID 카드를 제시하여 저희와의 등록을 확인 하십시오.

**온라인으로 침술사를 찾으려면  
[ashlink.com/ASH/centralhealthplan](http://ashlink.com/ASH/centralhealthplan)을 방문해 주세요.**

아래 의료 그룹 멤버들에게도 의료 제공자 네트워크내 침술 혜택이 제공 됩니다.

- Allied Pacific (ALLP)
- Seoul Medical Group (SMGI)
- Seoul Medical Group - Santa Clara (SCSM)

침술 서비스 제공자를 확인하려면 아래 링크를 방문해 주세요:

**[centralhealthplan.com/NetworkProviders/Acupuncture](http://centralhealthplan.com/NetworkProviders/Acupuncture)**

\*사전 승인이 필요할 수 있습니다. 진료 추천이 필요할 수 있습니다.

<sup>1</sup>다음 플랜은 보조 침술 서비스 (Supplemental Acupuncture Services) 혜택을 커버하지 않습니다:  
Central Health Ventura Medi-Medi Plan (HMO D-SNP) 009

American Specialty Health 로고는 American Specialty Health Incorporated (ASH)의 상표이며 사용 허락을 받고 여기 쓰고 있습니다.

# 피트니스 멤버십



## SilverSneakers와 함께라면 자유롭게 움직일 수 있습니다.

SilverSneakers는 단순한 피트니스 프로그램 그 이상입니다. 건강을 향상시키고 자신감을 키우며 지역 사회와 연결할 수 있는 기회입니다. 무엇보다도, 센트럴 헬스 메디케어 플랜에 별도의 비용 없이 포함되어 있습니다. 테니스를 즐기거나 수영을 하거나, 근력 운동을 하거나, 헬스장을 방문하거나, 집에서 실시간 수업을 듣거나 SilverSneakers는 여러분을 지원합니다. 움직임과 운동은 건강에 필수적이며, SilverSneakers는 어떤 활동을 하건 관계없이 여러분을 지원합니다:

### 헬스장에서

- 다양한 편의 시설을 갖춘 국내<sup>1</sup> 수천 곳의 참여 시설
- 언제나 여러 곳에서 동시 등록 가능
- 모든 레벨과 능력을 고려한 SilverSneakers 클래스 디자인<sup>2</sup>

### 집에서나 이동중

- 주 7일 열리는 SilverSneakers 라이브 온라인 클래스와 특별히 훈련 받은 강사들이 지도하는 워크 샵
- 24/7 이용 가능한 SilverSneakers 주문형 비디오
- SilverSneakers GO 모바일 앱으로 프로그램 자원 제공, 조정 가능한 맞춤형 운동 계획 등
- 모든 관심도와 능력 레벨을 위한 수천개의 클래스와 가상 커뮤니티를 지원 하는 Brunalong<sup>®</sup> 이용 가능

### 지역 공동 사회에서

- 헬스장 밖에서 열리는 그룹 활동과 클래스<sup>2</sup>
- 공동 식사, 명절 축하 행사, 클래스 친목회와 같은 이벤트

## 간편한 4단계로 시작하세요

- 1 **SilverSneakers.com/StartHere**로 이동하여 온라인 계정을 만듭니다.
- 2 멤버 ID 번호를 확인하려면 로그인하고 해당 번호를 참여 시설에 제시하십시오.
- 3 또한 새 계정을 통해 온라인으로 가상 운동을 즐길 수도 있습니다.
- 4 필요한 지원을 받아 건강한 일상을 시작하세요!

운동 프로그램을 시작 하기 전에 항상 귀하의 의사와 상의 하세요.

### 질문이 있으십니까?

SilverSneakers.com을 방문 하시거나 1-888-423-4632 또는 TTY 711로 전화 하십시오.  
월요일부터 금요일까지, 오전 5시부터 오후 5시까지 이용 가능 합니다.

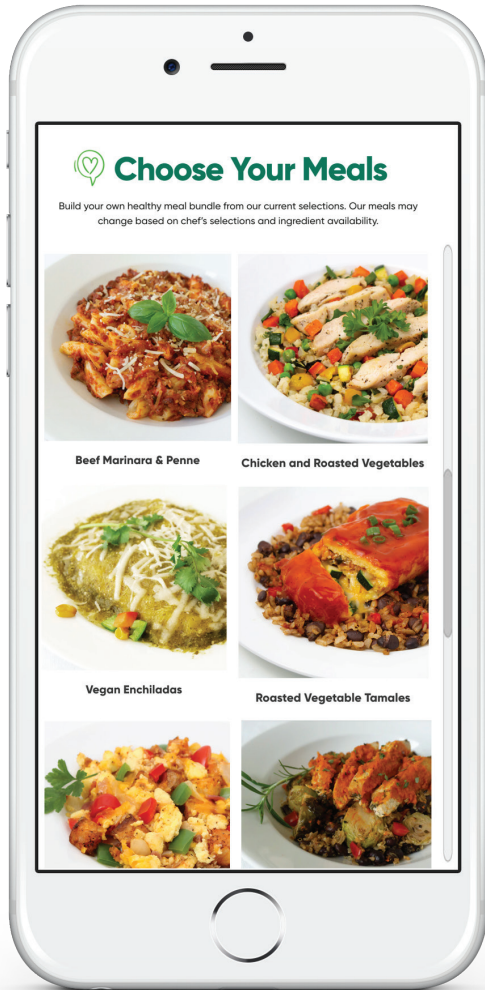
<sup>1</sup>참여 장소(PL)는 Tivity Health, Inc. 또는 그 계열사가 소유하거나 운영하지 않습니다. PL 시설 및 편의 시설 사용은 PL 기본 멤버십의 조건과 조건에 따라 제한됩니다. 시설과 편의 시설은 PL에 따라 다릅니다.

<sup>2</sup>멤버십에는 SilverSneakers 강사가 이끄는 그룹 피트니스 클래스가 포함됩니다. 일부 장소에서는 회원에게 추가 클래스를 제공합니다. 클래스는 장소에 따라 다릅니다.

Burnalong은 Burnalong, Inc.의 등록 상표입니다. SilverSneakers와 SilverSneakers 신발 로고는 Tivity Health, Inc.의 등록 상표입니다. © 2023 Tivity Health, Inc. 판권 소유. 모든 권리 보유.

# Made Easy Meals

완벽하게 준비된 영양만점의 식사를 배달해 드립니다. 센트럴 헬스 메디케어 플랜은 Healthrageous의 전문가들과 제휴하여 자격이 주어진 Medicare Advantage 회원들에게 무료로 데우기만 해도 바로 드실 수 있는 간편식을 팩으로 배달 해드립니다. 이 프로그램은 일부 선정된 플랜에 포함되어 있습니다: 커버리지 범위 증명서(EOC)에서 확인 해 보세요.



## Made Easy Meals는 다음을 가능하게 합니다:

- 데우기만 하면 바로 드실 수 있는 식사를 개인의 식성과 건강 목표에 맞춰 선택하세요. 손쉽게 심장과 당뇨 환자에게 적합한 식사를 배달 받으실 수 있습니다.
- 일상 생활에 도움이 되는 조언을 제공하고 건강 상태를 관리 하는데 도움이 되는 디지털 컨시어지를 즐기세요.
- 현재의 식습관을 평가하는 짧은 퀴즈를 통해 건강 식이 점수(Healthy Eating Score)를 받으세요. 몇 분 안에 점수와 개인 맞춤형 식단을 받을 수 있습니다.

## 3가지 손쉬운 등록 옵션:

- [MadeEasyMeals.com/CHPEnroll](http://MadeEasyMeals.com/CHPEnroll)을 방문하십시오.
- START이라는 단어를 88106으로 문자하세요.
- Healthrageous에 전화 1-855-868-8655로 연락하십시오. TTY 711, 월요일부터 금요일까지 오전 8시부터 오후 5시까지 서부 시간대에 이용 가능합니다.

## 식사 구매 :

귀하의 플랜에 무료 식사가 포함되어 있지 않거나 혜택을 모두 사용한 경우, 매력적인 소매 가격에 간편 식을 직접 구매할 수 있습니다. [MadeEasyMeals.com](http://MadeEasyMeals.com)을 방문하세요. 수혜 자격이 있다면\* 건강 식품 수당(Healthy Foods Allowance)을 사용하여 간편 식을 구매할 수도 있습니다. 이 수혜 자격에 관한 자세한 내용은 14페이지에서 확인하세요.

\*식사 구매는 플랜 혜택이 아닙니다. 건강한 식품 수당 혜택은 만성 질병 환자를 위한 특별 보조 프로그램의 일부입니다. 모든 회원이 자격을 얻는 것은 아닙니다.

메시지 및 데이터 요금은 귀하의 통신사 문자 및 데이터 요금제에 따라 적용될 수 있습니다. 언제든지 메시지 수신을 종료하려면 STOP이라고 문자를 보내거나 도움이 필요하면 HELP라고 문자를 보낼 수 있습니다.

# 이송 서비스

## SafeRide Health

의료 또는 치과 예약이 있지만 움직일 교통편이 없을 때 어떻게 할까요? 문제 없습니다! 우리는 비 응급 의료 이송을 제공하기 위해 SafeRide와 협력했습니다. 이 서비스를 이용하여 의사를 만나고 특수 서비스를 이용하거나 치과를 방문하거나 심지어 약국에서 처방약을 받을 수도 있습니다. SafeRide는 일반적인 비 응급 의료 이송 서비스를 제공합니다.

**중요:** 귀하의 계획에는 승인된 장소로의 한 방향 이송 횟수가 제한적으로 포함되어 있습니다. 플랜에 포함된 이송 횟수와 승인된 장소 및 거리를 확인하려면 커버리지 범위 증명서(EOC)를 참조하십시오. EOC를 보시려면 [centralhealthplan.com/Materials/EOC](http://centralhealthplan.com/Materials/EOC)에서 확인하거나 회원 서비스에 연락하여 사본을 요청하십시오.

수혜 자격이 주어지는 만성 질환 컨디션을 가진 멤버들에게는 인증된 지역에 한해 비의료용 이송 서비스가 포함될 수도 있습니다.\* 자세한 내용은 EOC에서 확인하세요.

## 승차 예약 방법



가능한 경우 최소 2일전에 예약 해 주시고, 왕복이 필요 하시면 꼭 왕복 이송으로 예약 하십시오.

휠체어를 사용 하시거나 의료용 침대 이송이 필요 하시면 비 응급 의료 이송이 필요 하다고 명확히 알려 주세요.

1. SafeRide **1-855-932-5416 (TTY: 711)**에 월요일부터 토요일까지 서부 시간대 오전 6시부터 오후 8시 사이 연락하셔서 SafeRide 멤버 포털 구좌를 개설 하십시오.
2. SafeRide 멤버 포털에 등록 되면 온라인 [centralhealthplan.member.saferidehealth.com](http://centralhealthplan.member.saferidehealth.com)에서 예약을 하실 수 있습니다.

\*이 혜택은 만성 질환을 앓는 분들을 위한 특별 보완 프로그램 입니다. 모든 멤버가 수혜 자격을 받는 것은 아닙니다.



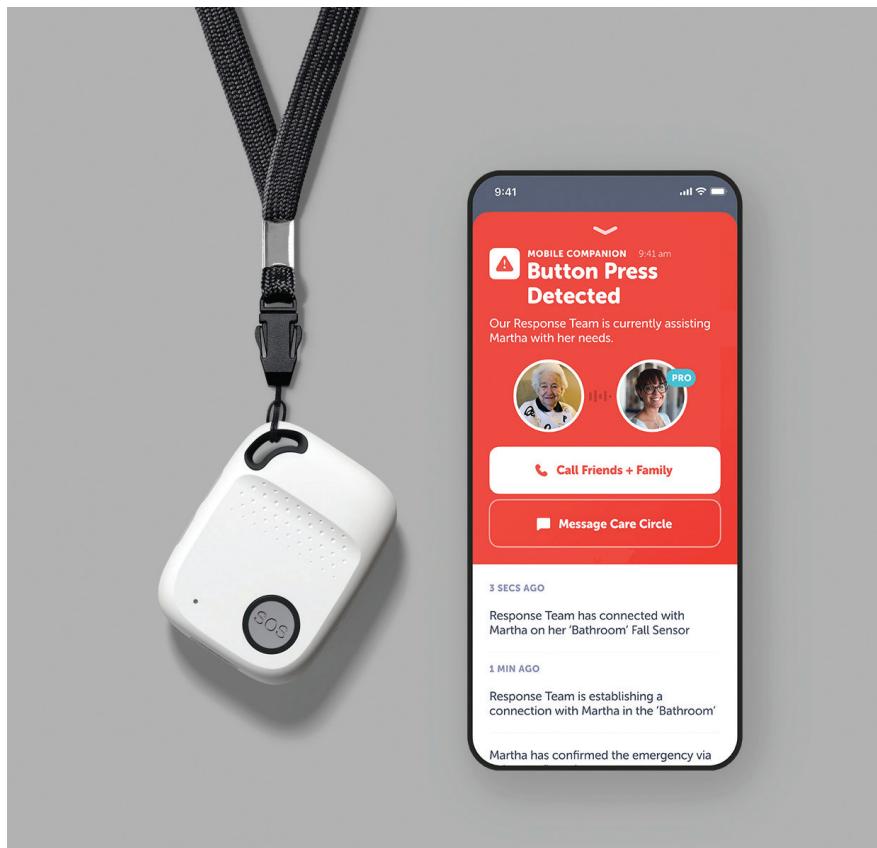
# 개인 응급 대응 시스템 (PERS)



어디에 있거나 안전하게 머물고 안심 할 수 있는 것은 나이가 들면서 특히 건강 문제를 겪고 있을 때 조금 더 어려워질 수 있습니다. 그래서 센트럴 헬스 메디케어 플랜은 회원들에게 “세계에서 가장 진보된 의료 경보 시스템”을 회원 부담 비용 없이 제공하기 위해 Aloe Care Health와 협력하고 있습니다.

## 모바일 동반자 (The Mobile Companion)

Aloe Care Health 스마트 폰 앱과 함께 작동 하도록 제작된 Mobile Companion은 독립적 성인이 의사, 간호사, 가족 및 친구를 포함한 Care Circle의 모든 사람과 연결 되어 있는 동안은 자유와 안전의 균형을 맞출 수 있도록 도와주는 부수 장치입니다. 실제로 이 앱을 사용하면 원하는 모든 사람을 원하는 만큼 Care Circle에 추가 할 수 있습니다!



## 위치 감지

간병인에게 안심감을 주고 언제 어디에서나 신속한 돌봄을 받을 수 있는 기회를 제공 합니다. 응급 상황에는 실시간 위치 추적도 가능 합니다.

## 간병인 신속 다이얼

손쉽게 버튼을 누름으로 간병인에게 자동으로 전화를 걸 수 있습니다.

## 웨어러블 낙상 감지

내부 가속도계는 낙상을 감지하고 착용자에게 바로 도움을 줄 수 있습니다. 착용자는 앱 기능을 통해 허위 촉발을 방지하기 위해 감도를 조절 할 수 있습니다.

## 24/7 응급 대응

Aloe Care Health 최고 전문 모니터링 팀에서 감시 합니다.

## 내수성

샤워 중에도 착용 가능하나 물에 담그지는 마십시오.

## 기술 호환성

Mobile Companion은 심장 박동 조율 기기 작동을 방해 하지 않도록 특수 설계 되어있습니다.

## 사용의 용이함

신용 카드보다 작은 크기로 목걸이에 착용 하거나 손에 들고 다닐 수 있습니다.

## 스마트 폰 앱

Aloe Care Health 모바일 앱은 Google Play나 Apple App Store를 통해 회원 부담 비용 없이 구할 수 있습니다. 이미 휴대폰에 이 앱이 설치 되어 있는 경우 Mobile Companion을 손쉽게 추가 할 수 있습니다.

이러한 특별 서비스는 **추가 비용 없이** 제공됩니다.

## 시작 하기

센트럴 헬스 메디케어 플랜 또는 Aloe Health Care 멤버 서비스 부서에 연락하셔서 Mobile Companion을 받고 회원 전용 보안 서비스를 마음껏 누리 보세요.

**1-844-583-0813, TTY 711**

월요일 - 금요일, 오전 6시 - 오후 6시 및 토요일 - 일요일, 오전 7시 - 오후 4시

# 처방약 커버리지 범위

귀하의 플랜에는 파트 D 처방약 커버리지가 포함 되었을 수 있으며 네트워크내 수천개의 약국에 연결되어 있어 필요한 약을 구하는데 도움을 줍니다.

네트워크 소속 약국을 찾으시거나 처방약 비용을 알아 보시려면 온라인 [centralhealthplan.com/PartD/pharmacydirectory](http://centralhealthplan.com/PartD/pharmacydirectory) 검색도구를 이용하세요.

제약 비용을 절감하는 유용한 방법을 알아 보려면 계속 읽어 보세요!

## 복제 (generic) 의약품과 유명 브랜드 의약품 비교

의약품 지불 비용은 필요한 약이 어느 단계(tier)에 속하는지에 따라 다릅니다. 일반적으로는 낮은 단계에 속할 수록 지불 할 금액이 적습니다. Formulary라고도 불리는 플랜 커버리지 의약품 목록을 이용해 귀하의 의약품이 어느 단계에 속해 있는지 알아 보십시오.

- 동등 복제 의약품이 귀하에게 적합한지 주치의에게 묻는 것이 중요합니다.
- 또한 약국에 브랜드 의약품 처방전의 복제 버전이 있는지 문의 하는 것을 잊지 마십시오.

## Medicare 처방전 의약품 비용 추가 지원

Medi-Cal 자격이 없지만 소득이 제한적인 경우, 추가 지원 프로그램에 신청할 수 있습니다. 자격이 있는 경우 Medicare가 파트 D 보험료의 일부 또는 전부를 지불하고 약국에서 지불 할 본인 부담금을 낮추어 드립니다.

신청하려면 **1-800-772-1213**로 사회보장국에 연락하시거나 **TTY 1-800-325-0778**로 전화하십시오. 또는 [ssa.gov/prescriptionhelp](http://ssa.gov/prescriptionhelp)에서 온라인으로 신청하십시오.



## 처방전 의약품 우편 구매

저희는 Express Scripts와 협력하여 약품을 우편으로 구입하는 쉬운 방법을 제공합니다. 더 이상 줄을 서서 기다리거나 곳곳으로 운전해 갈 필요가 없습니다!

Express Scripts는 만성 또는 장기 질환을 위해 정기적으로 복용하는 보전 약제의 맞춤 배송 서비스를 제공하며, 간단한 결제로 최대 100일분까지\* 공급 받을 수 있습니다.

**팁:** 2단계, 3단계 및 4단계 처방약에 대한 우편 주문 할인을 받으세요. 100일\* 공급의 2개월치를 지불하고 나머지 처방약은 추가 비용 없이 받을 수 있습니다.

Express Scripts는 유연한 결제 옵션을 제공하며 처방전을 어떻게 주문할지 선택하고 어디에 언제 배달 될지 결정할 수 있습니다. 또한 사용하기 쉬운 온라인 도구도 제공하여 아래 사항들을 수행할 수 있습니다:

- 새 처방약을 주문 하거나 다른 약국으로 처방전 이전
- 우편 주문 의약품 보충 또는 만료된 우편 처방전 갱신
- 예상 본인 부담금 검토, 주문 상황 점검 및 배송 추적
- 연중 무휴 약사와 상담 가능
- 우편 주문 의약품 목록 검토
- 계정 정보 관리

\*100일 공급은 5단계 약품이나 수량 제한이 있는 약품에는 적용되지 않습니다.



## 첫 처방약 주문

오늘 **express-scripts.com**에서 시작하세요. 일회 등록으로 웹사이트 또는 모바일 앱(Google Play 또는 Apple App Store에서 이용 가능)에 쉽게 접속할 수 있습니다. 표준 배송을 선택하면 발송 후 3~5일 이내에 처방전을 받아 보실 수 있습니다.

## 주문 방법



### 전자 방식

- 담당 의사에게 처방전을 전자적으로 또는 팩스 1-800-837-0959로 Express Scripts로 보내 달라고 요청하세요.
- 약국 직원은 주문 처리 전에 전화를 통해 배송을 확인할 것입니다.



### 온라인으로

- [express-scripts.com](https://www.express-scripts.com)에 로그인하거나 Express Scripts 모바일 앱을 다운로드하세요.
- 계정에서 “Rx 요청” 버튼을 클릭하고 안내에 따릅니다.
- 또 해당 처방전과 절약 내역을 확인할 수 있습니다.



### 전화로

- 1-877-657-2498로 전화하여 자택 배송으로 전환하는 데 도움을 요청하세요.
- TTY 사용자: 1-800-899-2114로 전화하세요.
- 서비스 에이전트는 주말 및 휴일을 포함한 주 7일 24시간 이용 가능합니다.

# 만성 질환 관리 프로그램

특정 만성 질환을 가진 회원 및/또는 Medi-Cal 이중 자격 플랜에 등록된 회원은 만성 질환 관리 프로그램 수혜 자격이 있을 수 있습니다. 자격이 있는 회원들은 건강 개선을 모니터링하고 촉진하는 데 도움을 주는 가정 의료 서비스 및 장비의 추가 혜택을 받게 됩니다.

이 프로그램은 체중계와 포도당 모니터와 같은 가정 모니터링 장비와, 해당 상태를 가진 분들을 위해 제공될 수 있는 가정내 지원 서비스를 포함할 수 있습니다. 의료 지원 옵션도 제공되어 의료 전문가들이 멤버의 건강을 빠르고 효율적으로 모니터링할 수 있습니다.

아래 나열된 조건에 해당되며 이러한 프로그램 중 하나 이상 참여하는데 관심이 있는 경우, 멤버 서비스에 연락하십시오.

## 자격 조건

- 당뇨병
- 만성 신부전
- 심혈관 질환
- 고혈압 질환
- 고혈압성 심부전(CHF)

## 귀하의 케어 매니저

귀하의 계획 및 건강 상태에 따라 개별화된 치료 계획을 개발하기 위해 귀하와 협력할 개인 케어 매니저가 지정될 수 있습니다.

케어 매니저는 귀하의 건강 관리에 필요한 적절한 위험 수준을 센트럴 헬스 메디케어가 판단하여 회원에게 지정됩니다. 적절한 케어 수준을 결정할 때는 다양한 위험 요소가 고려됩니다. 이러한 요소에는 예상치 못한 입원 여부, 처방약 복용 여부, 또는 일상 활동을 위해 필요한 도움의 정도 등이 포함될 수 있습니다.

**이러한 서비스는 추가 비용 없이 제공됩니다.**

케어 매니저는 지속적인 특정 의료 상태를 가진 멤버에게 할당됩니다. 그러나 귀하의 건강 목표를 달성하는데 이러한 서비스가 도움이 될 것으로 생각되어 케어 매니저를 요청하려면 멤버 서비스에 전화하십시오.

## 귀하의 개인 케어 플랜

귀하의 건강 플랜으로서, 저희는 귀하가 건강을 유지 또는 개선하기 위해 필요한 모든 서비스, 정보 및 도움을 얻도록 헌신하고 있습니다. 귀하의 케어 팀은 개별화된 케어 플랜으로 개인 건강 목표를 달성하는데 도움을 줄 수 있습니다.

예:

건강 목표	케어 플랜
당뇨 모니터링	멤버의 케어 플랜에는 필요한 경우 지속적인 포도당 모니터링과 같은 당뇨 모니터링과 함께 케어 매니저가 포함 될 수 있습니다.
운동	멤버의 케어 플랜에는 헬스장 멤버십과 또는 개별적 필요에 따라 어떻게 운동 할지에 대한 교육을 위한 비용 지불이 포함될 수 있습니다.
영양	멤버의 케어 플랜에는 간편 식과 같은 할인된 식사 플랜, 저지방 및 정제된 탄수화물 식사 옵션에 관한 교육 및 기타 내용이 포함 될 수 있습니다.

**멤버 서비스에 전화하거나 케어 매니저와 상담하여  
오늘 개인 케어 플랜을 설계하세요!**

# 케어 전환 (Transition of Care, TOC) 프로그램

케어 전환 (TOC) 프로그램은 회원이 병원, 전문 요양 시설, 재활 센터 입원, 퇴원 또는 가정 방문 건강 환경 등 일정 케어 환경에서 다른 케어 환경으로 원활하고 무리 없이 전환할 수 있도록 돕기 위한 것입니다.

센트럴 헬스 메디케어 플랜의 담당자는 퇴원 후 집에 가기 전 준비가 되었는지 확인하기 위해 1주 안에 회원에게 연락을 취할 수 있습니다. 만약 예기치 않게 입원해야 하는 경우, 퇴원 전에 필요한 케어를 받을 수 있도록 귀하, 귀하의 간병인 또는 가족이 저희에게 연락하도록 하십시오.

## 가정 방문 간호 / 간호사 방문

담당 의사가 간호사에게 귀하의 집으로 가서 케어를 제공 하도록 요청할 때가 있을 수 있습니다. 이러한 서비스가 필요한 경우 저희가 비용을 부담합니다. 간호사는 면허를 가진 가정 방문 간호 기관 소속이거나 또는 센트럴 헬스 메디케어 플랜에서 고용한 간호사일 것입니다.

## 병원 서비스

병원 서비스는 커버됩니다. 서비스에는 입원, 외래 환자 수술, 응급실 및 기타 병원 서비스 보장이 포함됩니다. 병원에 입원할 때마다 당사에 알리는 것이 중요합니다. 우리는 귀하를 돌보기 위해 적합한 의사가 있는지 확인할 것입니다. 응급실 및 병원 의사와 협력하여 최대한 효과적 방문이 되도록 노력 할 것입니다.

당사 간호사들은 귀하가 병원 퇴원 후 집에서 성공적인 회복을 위해 필요한 모든 서비스를 받을 수 있도록 도와 드립니다. 간호사는 귀하가 집에 돌아 왔을 때 예상되는 사항에 대해 알려주고 도움이 필요할 때 언제 누구에게 전화해야 하는지에 대해 얘기해 드릴 것입니다. 그들은 귀하의 모든 후속 진료 예약이 되어 있는지 확인하고 필요할 수 있는 약에 대한 설명과 약을 받을 수 있도록 도와 드릴 것입니다.

병원 입원에 관해 필요한 본인 부담금 정보 내용을 자세히 알아보려면 보험 커버리지 범위 증명서(EOC)를 참조하거나 멤버 서비스 부서로 문의하십시오.



## 전문 요양 케어 (Skilled Nursing Care)

간혹 병원 입원 후 퇴원하기전에 케어를 받아야 하는 경우가 있습니다. 이런 경우 귀하는 집으로 갈 수 있을 때까지 임시로 전문 요양 시설(SNF)에 입원 하게 됩니다.

집으로 가기 3일전 SNF에서 보내는 퇴원 관련 안내문을 받게 됩니다. 안내문은 시설에서 나갈 준비가 되어있지 않아 퇴원을 하지 않으려면 어떻게 대처 해야 하는지 알려줍니다. SNF는 즉각적 검토를 위해 팩스로 귀하의 요청을 보내는 것을 돕고 결정은 Medicare에서 내립니다.

만약 귀하가 완전한 Medi-Cal (Medi-Medi) 보상을 받고 있다면, Medicare에서 보상하지 않는 나머지 대금이나 본인 부담금을 Medi-Cal이 지불합니다. 정확한 보상 내용은 귀하의 EOC를 참조하거나 회원 서비스 부서로 전화하십시오.

**질문이 있으십니까? 도움이 필요하십니까? 저희 멤버 서비스 팀에 전화하세요.**

1-866-314-2427, TTY 711 주 7일, 오전 8시 - 오후 8시

# Medicare - Medi-Cal (Medi-Medi) 커버리지 범위

만약 귀하가 Medicare와 Medi-Cal 보험 두가지를 모두 갖고 있다면 캘리포니아 주정부에서 지불하는 추가 혜택을 받을 자격이 있습니다. 다음은 그러한 혜택에 관한 몇가지 설명입니다:

**일반 의약품 (OTC):** Medi-Cal은 아스피린과 같은 일반 의약품 구매를 커버합니다. 담당 의사가 처방전을 쓰면 Medi-Cal이 이러한 약품 비용을 지불합니다. 이러한 약품의 구매는 귀하의 Medicare 파트 D 프로그램에서 커버하지 않습니다. 센트럴 헬스 메디케어 플랜에서는 추가 혜택의 일부로 일반 의약품 구매를 커버합니다.



**요실금용 용품:** Medi-Cal을 갖고 있다면 담당 의사는 기저귀와 같은 요실금용 용품을 받을 수 있는 처방전을 제공할 수 있습니다. 처방을 받은 후 제공자는 귀하의 주문을 채우고 Medi-Cal에 대금을 청구합니다.

**보청기:** 일부 선택된 플랜의 경우 수령 기준을 충족하는 대상자를 위해 Medi-Cal에서는 최대 \$1,510 까지 보청기 비용을 지불합니다. 센트럴 헬스 메디케어 플랜에서는 추가 혜택의 한 부분으로 보청기를 커버합니다.

**지역 사회 기반 성인 서비스 (CBAS):** CBAS는 Medi-Cal 가입 회원에게 특정 서비스를 제공하는 프로그램입니다. 귀하의 케어 매니저나 주치의가 이러한 서비스를 받을 수 있도록 도와 드릴 수 있습니다. 일부 서비스에는 사회 서비스, 치료 요법, 개인별 케어, 이송과 전문 영양 케어가 포함 되어있습니다. 또한 가족이나 간병인에게 교육과 지원이 제공됩니다.

**추가 주정부 재원:** 추가 주정부 재원에 관한 정보는 캘리포니아 사회 서비스국 [cdss.ca.gov/contact-us](https://cdss.ca.gov/contact-us) 에 문의 하십시오.

## 다목적 고령자 서비스 프로그램 (MSSP)

이 프로그램은 65세 이상이며 장애가 있고 Medi-Cal 자격을 갖춘 회원에게 가정 및 지역 기반 서비스 (HCBS)를 제공합니다. 이것은 요양 시설 입소의 대안입니다. MSSP 면제를 통해 개인이 자신의 집에서 안전하게 머무를 수 있도록 지원하며 다음과 같은 서비스를 제공합니다:

- 케이스 관리
- 개별적 케어 서비스
- 단기 케어 (집안 및 집밖에서)
- 보호 감독
- 환경 접근성 조정
- 주택 지원/소규모 주택 수리 등
- 이송 서비스
- 가사 서비스
- 개인 응급 시스템 (PERS)/통신 장치
- 성인 데이 케어/지원 센터/의료 서비스
- 식사 서비스 - 공동 식사/가정 배달
- 사회 안정성/치료 상담
- 금융 관리
- 통신 서비스
- 번역/통역

## 가정내 지원 서비스 (IHSS)

IHSS 프로그램은 Medi-Cal 가입자들을 위한 프로그램입니다. IHSS는 저소득층, 시각 장애인, 또는 장애인에게 제공되는 서비스 비용의 지불을 지원합니다. 이 프로그램은 아동들에게도 적합합니다. 이것은 요양원이나 돌봄, 외부 생활 시설의 대안으로 간주 됩니다. 이 프로그램에서 제공하는 서비스에는 지적 장애들을 위한 병원 예약, 동행과 보호 감독이 포함 됩니다. IHSS를 통해 승인된 서비스는 다음과 같습니다:

- 집 청소
- 식사 준비
- 세탁
- 식료품 쇼핑
- 개인 케어 서비스 (대소변 관리, 목욕, 몸단장과 같은)

## 장기 요양

만약 요양원에서 장기 돌봄을 받을 의료 기준을 충족한다면 Medi-Cal이 해당 비용을 부담합니다. 필요한 경우 센트럴 헬스 메디케어 간호사가 이 혜택을 얻도록 도와 드릴 것입니다.

# 멤버 자문 위원회 (MAC)

센트럴 헬스 메디케어 플랜 멤버로서 귀하의 목소리는 저희에게 매우 중요합니다. 그리고 우리는 귀하의 의견을 듣고 싶어합니다. 현재 우리는 Member Advisory Council(MAC)에 가입할 멤버를 찾고 있습니다. 이 위원회에 가입하면 귀하의 경험을 공유하고 의견을 표명하며 조언을 제공함으로써 건강 플랜을 더 나아지게 하는 독특한 기회를 얻게 됩니다. 귀하의 의견은 치료 접근성, 서비스 조정 및 의료 서비스 장애 제거와 같은 영역을 포함한 의료 경험을 개선하는 데 도움이 될 수 있습니다.

만약 이 위원회 가입에 관해 더 알고 싶다면, 아래 이메일 주소로 문의해주세요:

**MemberServicesStarsPortal@brighthouse.com**

## 불만 제기 권리

귀하는 귀하가 받은 케어의 질에 대한 불만 및/또는 재고(이의 제기)를 제출한 권리가 있습니다. 만약 받을 권리가 있는 서비스를 받지 못하고 있다는 생각하거나 예상보다 더 많은 비용 지불을 요구 받는 경우 센트럴 헬스 메디케어 플랜에 불만 또는 이의를 제기 할 수 있습니다.

이의와 불만 제기를 담당하는 직원은 귀하의 진술을 전화 또는 서면으로 받을 수 있는지의 여부를 알려드립니다. 귀하의 건강 플랜으로서 저희는 이러한 요청이 시작 될 수 있도록 정보를 종합 하는 것을 도와드립니다.

## 불만 제기 기간

불만족 했던 일 발생일로부터 육십(60)일 이내에 불만을 제기할 수 있습니다. 원인이 무엇인지에 따라 기한이 육십(60)일 연장될 수도 있습니다.

불만이 접수되면 이의와 불만제기 담당 부서에서 귀하에게 편지를 보내거나 전화를 합니다. 또 해당 사례에 관해 추가 정보가 필요할 경우 저희가 전화를 합니다. 후속 편지 및/또는 전화를 통해 해당 사례의 결과를 알려 드립니다. 자세한 내용은 멤버 서비스 부서에 문의 하십시오.

**질문이 있습니까? 도움이 필요 합니까? 멤버 서비스 팀에 전화 하세요.**

**1-866-314-2427, TTY 711 주 7일 오전 8시 ~ 오후 8시**

## For More Information



### 전화

1-866-314-2427, TTY 711



### 시간

연중 무휴:  
주 7일, 오전 8시 - 오후 8시



### 이메일

memberservices@centralhealthplan.com



### 팩스

1-626-388-2361



### 주소

Central Health Medicare Plan  
Attn: Appeals and Grievances  
Department  
PO Box 14244  
Orange, CA 92863

## 귀하의 옵션

케어 품질에 관해 불만이 있을 시 Livanta에 서면으로 불만 제기를 할 옵션이 있습니다. Livanta는 독립적 의료 품질 개선 단체(QIO)로서 Center for Medicare and Medi-Cal Services(CMS)와 계약을 맺고 Medicare 수혜자로부터 제기된 케어 품질 불만을 검토합니다.

## 수령하는 의료비 청구서

혜택 설명서 (Explanation of Benefits, EOB) - 매달 EOB가 발송되며 EOB는 청구서가 아닙니다. 이는 의료, 병원, 처방약 청구 및 비용(예: 명세서)에 대한 요약입니다. 귀하가 부담할 책임이 없는 의료비 청구서를 받는 경우 즉시 멤버 서비스 부서에 전화하십시오.

## 청구서 보내기

아래 주소로 지불 요청과 함께 청구서를 보낼 수 있습니다:

**Central Health Medicare Plan**  
**Attn: Member Services Department**  
**PO Box 14244**  
**Orange, CA 92863**

또한 청구서와 지불 요청서를 아래 번호로 팩스 할 수 있습니다:

**1-626-388-2361**

이메일 주소:

**memberservices@centralhealthplan.com**

# 디렉토리 & 유용한 연락처

센트럴 헬스 메디케어 플랜이나 당사와 계약을 맺고 있는 회사들의 도움을 받으시려면 아래 연락처로 전화 하십시오:



**센트럴 헬스  
메디케어 플랜**

## 회원 서비스 부서 (Member Service Department)

1-866-314-2427, TTY 711  
주 7일, 오전 8시 – 오후 8시  
웹사이트: [centralhealthplan.com](http://centralhealthplan.com)  
팩스: 1-626-388-2361  
우편: Central Health Medicare Plan  
PO Box 14244  
Orange, CA 92863



## American Specialty Health Plans of California, Inc. (ASH Plans)

1-800-678-9133, TTY 1-800-735-2922  
월 – 금, 오전 5시 – 오후 8시  
웹사이트: [ashlink.com/ASH/centralhealthplan](http://ashlink.com/ASH/centralhealthplan)



**센트럴 헬스  
메디케어 플랜**

## 이의 제기 및 고충 처리 담당 부서 (Appeals & Grievances Department)

1-866-314-2427, TTY 711  
팩스: 1-626-388-2361  
주 7일, 오전 8시 – 오후 8시  
이메일: [memberservices@centralhealthplan.com](mailto:memberservices@centralhealthplan.com)



## 건강 식품 혜택

1-866-876-8637, TTY 711  
월 – 일, 지역 시간 오전 8시 – 오후 8시  
귀하의 잔고를 확인 하시려면  
[centralhealthplan.nationsbenefits.com](http://centralhealthplan.nationsbenefits.com)을 방문하세요.



## Made Easy Meals 프로그램

1-855-868-8655, TTY 711  
월 – 금, 오전 8시 – 오후 5시  
웹사이트: [MadeEasyMeals.com/CHPEenroll](http://MadeEasyMeals.com/CHPEenroll)



## 센트럴 헬스 메디케어 플랜

### 리워드 플러스 프로그램 (Rewards+ Program)

리워드를 어디에 사용 해야 하는지에 관한 질문이 있으면  
주7일 오전 8시 - 오후 8시 사이 센트럴 헬스 메디케어 플랜  
멤버 서비스 부서(1-866-314-2427, TTY 711)로  
전화 하십시오.

잔고를 확인 하시려면 언제든지 1-866-876-8637로 전화 하시거나  
[CentralHealthPlan.nationbenefits.com](http://CentralHealthPlan.nationbenefits.com)을 방문 하십시오.



### Delta Dental

1-855-370-3867, TTY 711

월 - 일, 오전 8시 - 오후 8시 (10월 1일 - 3월 31일)

월 - 금, 오전 8시 - 오후 8시 (4월 1일 - 9월 30일)

웹사이트: [www1.deltadentalins.com/medicare/centralhealth/dhmo.html](http://www1.deltadentalins.com/medicare/centralhealth/dhmo.html)



### 피트니스 멤버십

1-888-423-4632, TTY 711

월 - 금, 오전 5시 - 오후 5시

웹사이트: [silversneakers.com](http://silversneakers.com)



### Livanta

케어 품질 불만 제기 옵션

1-877-588-1123, TTY 1-855-887-6668

월 - 금, 오전 9시 - 오후 5시

웹사이트: [livantaqio.com](http://livantaqio.com)

POWERED BY



### Eyemed (의료 안과 서비스)

1-888-872-0473, TTY 711

월 - 토, 서부 시간 오전 5시 - 오후 11시

일요일 서부 시간 오전 8시 - 오후 5시 (4월 1일 - 9월 30일)

일요일 서부 시간 오전 5시 - 오후 11시 (10월 1일 - 3월 31일)

웹사이트: [member.eyemedvisioncare.com/centralhealth](http://member.eyemedvisioncare.com/centralhealth)



### **파트 D 처방약 관련 이의 제기**

Express Scripts  
1-877-657-2498, TTY 1-800-899-2114  
연중 무휴 하루 24시간  
웹사이트: [express-scripts.com](http://express-scripts.com)

### **관리 감독 관련 이의 제기:**

Express Scripts  
Attn: Medicare Admin Appeals  
PO Box 66587  
St. Louis, MO 63166-6587  
팩스: 1-877-852-4070

### **임상 관련 이의 제기:**

Express Scripts  
Attn: Medicare Appeals  
PO Box 66588  
St. Louis, MO 63166-6588  
팩스: 1-877-852-9660



### **의료 이송 서비스 예약 하기**

1-855-932-5416, TTY 711  
월 - 토, 지역 시간 오전 6시 - 오후 8시  
웹사이트: [centralhealthplan.member.saferidehealth.com](http://centralhealthplan.member.saferidehealth.com)





**센트럴 헬스  
메디케어 플랜**

**24/7 간호사 상담 라인**

1-888-920-8809, TTY 711  
주 7일, 하루 24 시간



**24/7 원격 헬스**

1-800-835-2362, TTY 1-855-636-1578  
하루 24시간, 주 7일  
웹사이트: Teladoc.com



**NationsHearing**

1-866-876-8637, TTY 711  
월 - 일, 각 지역시간 오전8시 - 오후 8시  
웹사이트: CentralHealthPlan.NationsBenefits.com/Hearing



**센트럴 헬스  
메디케어 플랜**

**긴급 케어 (Urgent Care)**

1-866-314-2427, TTY 711  
이메일: memberservices@centralhealthplan.com  
웹사이트: centralhealthplan.com/NetworkProviders/SearchFacility



**일반 의약품 (Over-the-Counter) 품목**

1-866-876-8637, TTY 711  
월 - 일, 지역시간 오전 8시 - 오후 8시

OTC 카탈로그 사본을 받으시려면 CentralHealthPlan.NationsBenefits.com 웹사이트를 방문 하세요



**Aloe Care Health (개인 응급 대응 시스템)**

1-844-583-0813, TTY 711  
월 - 금, 오전 6시 - 오후 6시  
토 - 일, 오전 7시 - 오후 4시  
웹사이트: members.aloecare.com/centralhealth



# 센트럴 헬스 메디케어 플랜

## 차별 금지 통지문

센트럴 헬스 메디케어 플랜은 인종, 피부색, 원 국적, 연령, 정신적 또는 신체적 장애, 성별, 종교, 조상, 인지 인종 그룹, 의학적 질환, 유전 정보, 혼인 여부, 성별, 성 정체성 또는 성적 지향을 기준으로 차별하거나 배제하지 않으며 이와 관련된 연방 및 주 법률을 준수합니다.

장애인들이 당사와 효과적으로 의사 소통할 수 있도록 유자격 수화 통역사 및 다른 형식으로 된 서면 정보(대형 활자, 오디오, 접근 가능 전자식 또는 기타 형식의)와 같은 무료 지원 및 서비스를 제공합니다. 또한 모국어가 영어가 아닌 사용자들에게는 자격을 갖춘 통역사 및 다른 언어로 작성된 정보와 같은 무료 언어 서비스를 제공합니다.

이러한 서비스가 필요한 경우 1-866-314-2427로 멤버 서비스 부서로 문의하십시오. 주 7일, 오전 8 시~오후 8시까지 운영합니다. TTY 사용자는 711로 전화하십시오.

### 불만 사항을 제기하는 방법

센트럴 헬스 메디케어 플랜이 이러한 서비스를 제공하지 못했거나, 위에 정의된 불법적인 근거로 사용자를 차별했다고 판단하는 경우 전화, 팩스, 이메일 또는 우편을 통해 불만 사항을 제기할 수 있습니다.

Central Health Medicare Plan (ATTN: Member Services)  
PO BOX 14244  
Orange, CA 92863  
전화: 1-866-314-2427 (TTY: 711)      팩스: 1-626-388-2361;  
이메일: [memberservices@centralhealthplan.com](mailto:memberservices@centralhealthplan.com)

### 민권 사무소 – CALIFORNIA DEPARTMENT OF HEALTH CARE SERVICES

캘리포니아 보건 서비스 부서에 전화, 서면 또는 전자식으로 민권 불만을 제기할 수 있습니다:

- **전화:** 916-440-7370으로 전화하세요. 만약 말을 못하거나 잘 들을 수 없다면, 711번으로 전화하십시오.
- **서면:** 불만 양식을 작성하거나 편지를 보내십시오

Department of Health Care Services—Office of Civil Rights  
PO Box 997413, MS 0009  
Sacramento, CA 95899-7413  
불만 양식은 [http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language\\_Access.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx)  
전자식으로: [CivilRights@dhcs.ca.gov](mailto:CivilRights@dhcs.ca.gov) 로 이메일 보내주십시오.

### 민권 사무소 – U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (HHS)

인종, 피부색, 원 국적, 성별, 나이 또는 장애로 인해 차별을 받았다고 판단하는 경우, HHS 민권 사무소에 전화, 서면 또는 전자식으로 민권 불만을 제기할 수 있습니다:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building Washington D.C. 20201  
전화: 1-800-368-1019, TTY: 1-800-537-7697  
전자식으로: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>,  
불만 제기용 양식은 <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html> 에서 구할 수 있습니다.



# 센트럴 헬스 메디케어 플랜

## Multi-Language Insert

### Multi-language Interpreter Services

**English:** We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at 1-866-314-2427 (TTY:711). Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

**Spanish:** Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al 1-866-314-2427 (TTY:711). Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

**Chinese Mandarin:** 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑问。如果您需要此翻译服务，请致电 1-866-314-2427 (TTY:711)。我们的中文工作人员很乐意帮助您。这是一项免费服务。

**Chinese Cantonese:** 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯服務。如需翻譯服務，請致電 1-866-314-2427 (TTY:711)。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這是一項免費服務。

**Tagalog:** Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasalang-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggamot. Upang makakuha ng tagasalang-wika, tawagan lamang kami sa 1-866-314-2427 (TTY:711). Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

**French:** Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au 1-866-314-2427 (TTY:711). Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

**Vietnamese:** Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quý vị cần thông dịch viên xin gọi 1-866-314-2427 (TTY:711) sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quý vị. Đây là dịch vụ miễn phí.

**German:** Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter 1-866-314-2427 (TTY:711). Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

**Korean:** 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 대해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 1-866-314-2427 (TTY:711) 번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

**Russian:** Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону 1-866-314-2427 (TTY:711). Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.



## सेन्ट्रल हेल्स मेडिकेअर प्लान

**Arabic:** إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، بمساعدتك. هذه خدمة مجانية. سيقوم شخص ما يتحدث العربية (TTY:711) 1-866-314-2427 ليس عليك سوى الاتصال بنا على

**Hindi:** हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं। एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें 1-866-314-2427 (TTY:711) पर फोन करें। कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है। यह एक मुफ्त सेवा है।

**Italian:** È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero 1-866-314-2427 (TTY:711). Un nostro incaricato che parla Italiano vi fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

**Portugués:** Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número 1-866-314-2427 (TTY:711). Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

**French Creole:** Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan 1-866-314-2427 (TTY:711). Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

**Polish:** Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer 1-866-314-2427 (TTY:711). Ta usługa jest bezpłatna.

**Japanese:** 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがあります。通訳をご用命になるには、1-866-314-2427 (TTY:711) にお電話ください。日本語を話す人者が支援いたします。これは無料のサービスです。



# 센트럴 헬스 메디케어 플랜

## 개인 정보 보호 공고

이 공고는 CENTRAL HEALTH PLAN OF CALIFORNIA (“CHPC”)에서 귀하에 관한 의료 정보가 어떻게 사용되고 공개될 수 있는지, 그리고 귀하가 이 정보를 접할 수 있는 방법에 대해 설명합니다. 주의 깊게 검토해 주십시오.

귀하가 CHPC의 회원으로 있는 기간 중에는 귀하와 귀하의 건강에 관한 다양한 종류의 정보를 수집, 유지 및 공개할 필요가 있습니다. 여기에는 예로 들면 귀하의 이름, 성별, 생년월일, 주소, 전화번호, 혼인 여부, Medicare 또는 Medi-Cal 번호, 사용하는 언어(들), 직업 및 고용주 (해당하는 경우), 그리고 과거 의료 기록이 포함됩니다. 이러한 정보의 많은 부분은 귀하가 회원이 되실 때 귀하로부터 수집합니다. 일부 경우에는 부모(미성년자의 경우)로부터, 보호자, 법적 관리인 또는 법적 대리인으로부터 정보를 수집할 수도 있습니다. 또한 귀하가 의료 케어 서비스를 받은 다른 의료 플랜, 보험 회사, 메디컬 그룹 또한 의사, 병원, 약국이나 다른 의료 서비스 제공자로부터 귀하의 정보를 수집할 수도 있습니다.

일반적으로 귀하의 과거, 현재 또는 미래의 신체적 또는 정신적 건강과 관련되어 귀하를 개별적으로 식별할 수 있는 정보는 ‘보호되는 건강 정보’(“PHI”)로 간주됩니다. 우리는 법률에 따라 귀하의 PHI의 개인 정보 보호 및 보안을 유지하고, 법률이 허용하는 경우를 제외하고는 귀하의 PHI를 공개하는 것을 금지하고 있습니다. 또한 우리는 귀하에게 우리가 귀하에 관한 PHI를 수집 및 유지하는 데 있어서의 법적 의무와 개인 정보 보호 방침을 설명하는 이 개인 정보 보호 방침 공고를 제공할 의무가 있습니다. 마지막으로, 만약 귀하의 PHI가 무단으로 노출된 것으로 판단되면, 무단으로 노출된 PHI 누설 확인 후 위반 사실을 법률에 따라 귀하에게 통지할 의무가 있습니다.

법률을 준수한다는 조건 하에 개인 정보 보호 관행을 변경할 권리가 있습니다. 만약 개인 정보 보호 방침을 변경하는 경우, 변경 사항을 설명하는 새로운 개인 정보 보호 방침 공고를 서면으로 받게 될 것입니다. 저희 현재 개인 정보 보호 방침 공고의 사본은 다음 웹 사이트에서 확인하실 수 있습니다. [Fhttps://www.centralhealthplan.com/Member/PrivacyNotice](https://www.centralhealthplan.com/Member/PrivacyNotice).

**참고:** 이 공고는 CHPC의 개인 정보 보호 방침에 대해서만 설명한 것입니다. 귀하가 치료나 서비스를 받을 수도 있는 의사, 의료 그룹 및 전문 의료 제공 업체, 병원, 약국 또는 기타 제공 업체는 각각 귀하의 PHI 개인 정보 보호 유지 방법을 설명하는 그들 나름대로의 고유한 공고를 가질 수 있습니다.



## 귀하의 PHI 수집, 사용 및 공개

저희는 귀하의 PHI를 수집, 사용 및 공개할 수 있습니다:

- **케어를 제공 하거나 주선 하기 위한 목적:** 저희는 귀하의 건강 케어를 제공 하거나 조치하기 위해 귀하의 PHI를 사용하거나 공개할 수 있습니다. 예를 들어 주치의를 선택할 때 귀하의 이름, 회원 정보 및 건강 상태에 관련한 정보를 해당 주치의에게 보낼 것입니다. 저희는 또한 귀하의 PHI를 특정 유형의 치료를 승인하는 등의 목적으로 의사나 의료 그룹과 공유할 수 있습니다.
- **케어 대금 지불이나 결제를 위한 목적:** 저희는 귀하의 건강 케어의 대금을 지불하거나 결제를 위해 귀하의 PHI를 사용 하거나 공개할 수 있습니다. 예를 들어 귀하에게 케어를 제공한 의사로부터 PHI를 포함한 청구서를 받을 수 있습니다. 이 청구서가 저희 책임이라면 저희가 지불할 것입니다. 청구서가 귀하의 의료 그룹 책임이라면 저희는 그 청구서와 건강 정보를 해당 의료 그룹에 전달하여 지불할 수 있도록 조치할 것입니다.
- **헬스케어 운영을 위한 목적:** 저희의 헬스케어 운영 절차 진행중에 귀하의 PHI를 사용하거나 공개할 수 있습니다. 예를 들어 저희는 귀하가 받은 치료와 서비스를 평가하고 저희 의사와 의료 서비스 제공자의 수행 성과를 평가하기 위해 귀하의 PHI를 검토할 수 있습니다. 또한 심각하거나 만성적인 건강 상태의 케어를 관리하고 조정하기 위해 귀하의 PHI를 사용할 수도 있습니다.
- **귀하에게 정보 제공:** 저희는 귀하에게 혜택과 이용 가능한 서비스에 관한 정보를 제공 하기위해 귀하의 PHI를 사용하거나 공개할 수 있습니다. 예를 들어 저희는 가능한 치료 옵션 또는 대안 치료에 관해 귀하에게 알리거나 만성질환 관리에 대한 교육을 제공 하기위해 귀하에게 연락할 수 있습니다.
- **귀하의 가족이나 친구에게 정보를 제공 하기 위해:** 귀하의 건강 관리에 관여 하거나 지불 책임이 있는 가족 구성원이나 친구 또는 다른 사람에게 귀하의 PHI를 공개할 수 있습니다, 다만 아래의 경우에만 해당 됩니다:
  - a. 귀하 입회 하에 공개를 요청하거나 동의 한 경우;

**또는**

  - b. 귀하의 입회가 가능 하지 않거나 육체적으로나 정신적으로 응답할 수 없는 경우 저희의 판단으로 공개하는 것이 귀하의 최선의 이익에 부합한다고 판단될 경우에만 해당 합니다.



## 센트럴 헬스 메디케어 플랜

- **법률에 따라 달리 요구되거나 허용되는 경우:** 법률에 의거, 허락되는 한도내 여러 종류의 활동을 위해 PHI가 공개될 수도 있습니다. PHI는 건강 관리 감독을 위해 공유될 수 있습니다. 또한 PHI는 법적이나 행정적 절차를 집행하기 위해 법 집행 사유로 공중 보건 당국, 검사관, 장례 책임자, 검사의(망자에 관해)와 공유 될 수도 있습니다. PHI는 또한 일정한 이유로 장기 기증 그룹과, 연구 목적으로, 그리고 건강과 안전에 심각한 위협을 피하기 위해 공유될 수 있습니다. 또한 PHI는 특별한 정부 기능을 위해, 산재 보상을 위해, 미 연방 보건 복지부 요청에 답하기 위해, 귀하가 학대, 방치, 가정 폭력이나 기타 범죄의 피해자라는 합리적 판단이 들 경우 당국에 알리기 위해 공유될 수 있습니다. PHI는 법률에 의해 필요에 경우 공유될 수 있습니다. HIPAA에서 허락하고 있으나 저희는 PHI를 기금모금 관련 활동에 사용하거나 공개 하지 않을 것입니다.

### 서면승인이 필요한 경우

저희는 아래 나열된 특정 활동에 귀하의 PHI를 사용하거나 공개하기 위해서는 귀하의 서면승인을 받아야 합니다. 서면승인을 제공한 후에도 언제든지 철회할 수 있는 권리가 있습니다. 그러나 한번이라도 PHI를 사용하거나 공유한 경우에는 귀하가 철회하기 전에 저희가 취한 조치를 되돌릴 수는 없습니다. 서면승인에 관한 자세한 정보는 당사의 멤버 서비스 부(1-866-314-2427 (711))에 문의하십시오. 사전 서면승인이 필요한 활동은 아래와 같습니다:

- **심리 치료 노트:** 저희는 귀하의 심리 치료 노트를 대금 결제, 치료, 또는 헬스케어 운영을 위해 사용하려면 귀하의 승인이 필요합니다. 예를 들어 귀하의 정신건강 전문의로부터 받은 치료를 평가하기 위해 전문의 차트 노트를 보려면 귀하의 승인이 필요합니다.
- **마케팅:** 귀하를 직접 대면하거나 홍보용 선물을 받는 목적을 제외 하고 마케팅 목적으로 귀하의 PHI를 사용하려면 귀하의 승인이 필요합니다. 예를 들어 멤버 패스पोर्ट를 작성해 준 댓가로 보상을 할 경우 서면승인이 필요하지 않으나 CHPC에서 귀하의 헬스케어 필요에 더 적합한 플랜을 찾기 위해 PHI를 사용할 경우 서면승인이 필요합니다.
- **보호 건강 정보 (PHI) 판매:** CHPC가 보수를 받기위해 귀하의 PHI를 공개 하려면 귀하의 승인이 필요합니다. 이 사용에 대한 승인은 해당 공개의 결과로 CHPC는 보수를 받는다는 것을 명시해야 합니다. 예를 들어 귀하와 관련된 새 치료법을 연구하고 개발하는 기관에 귀하의 PHI를 전달하여 CHPC가 보수를 받기 위해서는 귀하의 서면승인이 필요할 것입니다.



## 귀하의 정보 기밀성 유지하기

저희는 귀하의 PHI를 보호 하는데 헌신하고 있습니다. 저희는 귀하의 PHI가 안전하게 보호될 수 있도록 여러 정책과 절차를 마련했습니다. 저희는 귀하의 구두, 서면 및 전자 PHI를 물리적, 전자적, 절차적 수단을 동원하여 안전하게 보호합니다. 이 안전 장치는 연방법과 주 법률을 준수 합니다. 귀하의 PHI를 안전하게 보호하는 방법에는 보안이 유지되는 사무실, 암호가 필요한 컴퓨터, 잠겨진 저장공간과 서류 보관함이 포함됩니다. 저희는 서면으로 된 정책과 절차를 통해 직원들이 PHI를 보호하도록 할 것을 요구합니다. 이러한 정책은 직무 수행을 위해 필요한 직원들만 PHI 접근 권한을 갖는 것으로 제한합니다. 또한, 법률에 따라 저희 계약 업체와 비즈니스 파트너들은 업무의 정상적인 과정에서 공유되는 데이터의 개인정보를 보호해야만 합니다. 이들은 법률로 허용되는 경우를 제외하고는 귀하의 서면동의 없이 다른 사람에게 PHI를 제공하는 것이 허용되지 않습니다.

## 귀하의 권리

법률은 귀하의 보호되는 건강정보의 개인정보 보호에 관한 특정한 권리를 보장합니다. 이러한 권리에는 다음이 보장 됩니다:

- 보호되는 건강정보를 확인하고 사본을 만들 권리. 복사와 우편에 합리적 비용기반 수수료를 먼저 지불해야할 수도 있습니다. CHPC는 법률에 요구되는 대로 귀하의 PHI에 대한 열람 또는 수정 요청을 준수하기 위해 합리적인 노력을 할 것입니다. 그러나 CHPC가 귀하의 의료기록 전부를 갖고 있지 않음을 인지 하십시오. 의료기록을 확인하거나 사본을 받거나 수정하려면 담당 의사나 클리닉에 문의 하십시오. 귀하는 저희가 보관하고 있는 PHI를 확인하거나 사본을 받거나 수정을 요청할 수 있습니다.
- 보호되는 건강 정보의 일부를 공개 하지 않도록 요청할 권리. 귀하가 원하는 변경 사항에 동의 하지 않을 경우 귀하에게 왜 그러한 결정이 내려졌는지 알리는 편지를 보냅니다. 저희의 결정에 동의하지 않는다면 재검토를 요청할 수 있습니다.
- 특정한 방법으로만 연락할 것을 요청할 권리. 예를 들어 저희가 귀하의 직장으로만 전화할 것을 요청할 수 있습니다.
- 보호되는 건강 정보의 일부를 변경해 달라고 요청할 권리. 귀하가 원하는 변경 사항에 동의 하지 않을 경우 귀하에게 왜 그러한 결정이 내려졌는지 알리는 편지를 보냅니다. 저희의 결정에 동의하지 않는다면 재검토를 요청할 수 있습니다.
- 언제, 누구에게, 어떤 이유로, 어떤 보호되는 건강정보를 공개했는지 알려 달라고 요청할 권리.
- 저희 개인 정보 보호 방침의 종이 사본 또는 전자사본을 요청할 권리.





## 센트럴 헬스 메디케어 플랜

### 질문, 불만 사항이 있거나 귀하의 개인 정보 보호 권리가 침해 되었다고 믿는 경우

저희의 개인 정보 보호 방침에 관한 질문이나 불만이 있다면 저희 멤버 서비스 부서 1-866-314-2427 (TTY: 1-888-205-7671)로 연락 하십시오.

귀하의 개인 정보 보호 권리가 침해되었다고 생각한다면 아래 주소로 편지를 쓸 수도 있습니다:

Annie Hsu Shieh, Senior Compliance Counsel  
Compliance Department  
Central Health Plan of California  
PO Box 14244  
Orange, CA 92863

또한 민권 국(Office for Civil Rights, "OCR")에 불만을 제기할 수 있습니다. 귀하의 불만은 서면으로 제출해야 합니다. 귀하의 불만을 우편 또는 팩스로 보낼 수 있습니다:

Office for Civil Rights  
U.S. Department of Health & Human Services  
90 7th Street, Suite 4-100  
San Francisco, CA 94103  
팩스: 1-415-437-8329  
전화: 1-415-437-8310 (TDD: 1-415-437-8311)

OCR에 불만 제기를 하는 것에 관한 추가 정보는:

- 전화로 – 무료전화 1-866-627-7748
- 인터넷 – <http://hhs.gov/ocr/privacy/hipaa/complaints/index.html> 방문

**참고:** 귀하가 만약 저희에게나 OCR에 CHPC의 개인정보 보호 관행이나 귀하의 보호되는 건강 정보 취급에 대해 불만을 제기를 한다면, 그 불만 제기를 연유로 어떤 부정적 행동으로나 보복하는 것은 법으로 금지되어 있습니다.

# 멤버십 관련 질문 저희에게 연락 하십시오



## 무료 전화

1-866-314-2427, TTY 711



## 웹사이트 방문

[centralhealthplan.com](http://centralhealthplan.com)



## 운영 시간

일년 내내 오전 8시 - 오후 8시  
주 7일



## 주소

P.O. Box 14244  
Orange, CA 92863