



داخل

- 2. این انتخاب شماست
- 2. کارت شناسایی شما
ارائه دهنده مراقبت های اولیه
- 2. خود را انتخاب کنید
- 3. شواهد پوشش/مزایا
- 3. حمل و نقل
- 3. برنامه موبایل
- 4. برنامه های پاداش اعضا
- 5. مدیریت پرونده
- 6. Pyx سلامت
- 6. نظر شما مهم است
مشارکت کنید و صدای خود
- 7. را به اشتراک بگذارید
- 7. MedEx را اشکار کنید

به برنامه سلامت Aetna Better Health اختصاصی California خوش آمدید.



از اینکه ما را انتخاب کردید تا در سفری به سوی داشتن سلامتی بهتر همراه شما باشیم سپاسگزاریم. ما می دانیم که داشتن سلامتی خوب چیزی بیش تر از احساس خوب بودن است. ما برای ارائه حمایت مورد نیاز شما برای مراقبت از کل موجودیت شما - بدن، ذهن و روح، بسیار هیجان زده هستیم. خدمات اعضای تحت مراقبت ما 24 ساعت شبانه روز و 7 روز هفته در دسترس شما هستند. می توانید با شماره تلفن رایگان 1-855-772-9076 (TTY: 711) با ما تماس بگیرید.

پورتال اعضا



در پورتال وبسایت ایمن اعضای ما ثبت نام کنید. در آنجا می توانید ارائه دهنده مراقبت های اولیه خود را تغییر داده، درخواست کارت شناسایی کرده، اطلاعات تماس را تغییر داده و کارهای دیگری انجام دهید. شما می توانید از طریق وب سایت ما به پورتال به آدرس، [AetnaBetterHealth.com/California](https://www.AetnaBetterHealth.com/California) دسترسی پیدا کنید.

ترجمه و خدمات ترجمه شفاهی



همه اطلاعات اعضا به زبان های دیگر موجود است و قالب های جایگزین که شامل چاپ بزرگ، سی دی صوتی، داده سی دی، خط بریل یا ما می توانیم مطالب را از طریق تلفن برای شما بخوانیم مترجمان شفاهی حضوری و تلفنی نیز در صورت درخواست در دسترس هستند. اگر به خدمات ترجمه شفاهی حضوری نیاز داشتید، حداقل 3 روز قبل از قرار ویزیت خود با خدمات اعضا تماس بگیرید. یا اگر مشکلات شنوایی یا گفتاری دارید، با 711 TTY تماس بگیرید.





ارائه دهنده مراقبت های اولیه خود را انتخاب کنید



مشخصات PCP خود را می‌توانید روی

کارت شناسایی پیدا کنید. این فرد پزشک اصلی شما است. اگر می‌خواهید PCP جدیدی انتخاب کنید، از ابزار جستجوی ارائه‌دهنده ما در وبسایت ما در

[AetnaBetterHealth.com/California](https://www.aetna.com/better-health/california) یکی

را انتخاب کنید یا با خدمات اعضا تماس بگیرید تا به شما در انتخاب یک PCP جدید کمک کند یا یک نسخه چاپی از فهرست ارائه دهنده که برای شما پست شده است درخواست کنید

مهم است که بلافاصله اولین قرار ملاقات خود را با PCP تنظیم کنید تا مراقبت خود را شروع کنید. شما باید یک ارزیابی اولیه سلامت (IHA) را تکمیل کنید. هدف IHA کمک به PCP شما در یادگیری تاریخچه مراقبت های بهداشتی شما است. سپس آنها می‌توانند برای دریافت مراقبت های مورد نیاز با شما همکاری کنند. آنها شما را در مورد غربالگری ها، واکسیناسیون ها و نسخه ها به روز می‌کنند. آنها همچنین در صورت نیاز شما را به متخصصان معرفی خواهند کرد.

اگر بیمار هستید یا آسیب دیده اید، با PCP یا خط پرستار 24 ساعته ما به شماره **1-855-772-9076** تماس بگیرید (گزینه 4). اگر به مراقبت فوری نیاز دارید، با خدمات اعضا تماس بگیرید تا لیستی از مکان های مراقبت فوری درون شبکه را دریافت کنید. در یک اورژانس، به نزدیکترین بیمارستان بروید یا با **911** تماس بگیرید.

این انتخاب شماست.



بهترین راه ارتباط با شما و به روز نگه داشتن اطلاعات تماس خود را با ما در میان بگذارید. به این ترتیب می‌توانید اطلاعاتی در مورد مراقبت های بهداشتی، پوشش Medi Cal و نحوه ثبت نام خود دریافت کنید. تلفنی را ترجیح می‌دهید؟ پست الکترونیکی؟ نامه؟ پیامک؟ یا هیچ کدام؟

برای شروع:

• از [Aet.na/ca-preference](https://www.aetna.com/ca-preference) بازدید کنید

• با خدمات اعضا به شماره

1-855-772-9076 تماس بگیرید

(TTY: 711)

• "JOIN" را به شماره **85886**

پیامک کنید

• کد QR این سایت را با تلفن خود اسکن

کنید <https://ca.aetnabetterhealth.com>



کارت شناسایی شما



هر یک از اعضای واجد شرایط خانواده شما کارت شناسایی عضویت خود را دریافت خواهند کرد. به طور جداگانه از این بسته پست می‌شود کارت شناسایی خود را همراه داشته باشید هر زمان که به نزد ارائه دهنده یا بیمارستان می‌روید از آن استفاده کنید از آن مراقبت کنید هرگز به سایر اشخاص اجازه ندهید تا از کارت شناسایی شما استفاده کنند. اگر چیزی در کارت شناسایی اشتباه است یا کارت شناسایی خود را گم کردید، با خدمات اعضا تماس بگیرید و ما یک کارت جدید برای شما ارسال خواهیم کرد



شرح موارد تحت پوشش/مزایا



شواهد پوشش شما (دفترچه راهنمای اعضا) دارای مزایای مراقبت های بهداشتی، حقوق و مسئولیت های شما و نحوه دریافت مراقبت و خدمات است. نسخه دیجیتالی و قابل جستجوی کتاب راهنما در وب سایت ما به نشانی **AetnaBetterHealth.com/California** و همچنین از طریق پورتال اعضا یا برنامه تلفن همراه ما، **Aetna Better Health** قرار دارد. همچنین می توانید با خدمات اعضا تماس بگیرید و درخواست کنید نسخه چاپی آن برای شما پست شود.

مزایای داروخانه - داروهای تجویزی شما تحت پوشش Medi-Cal Rx خواهند بود. می توانید فهرست دارویی قرارداد (CDL) را به صورت آنلاین در **<https://medi-calrx.dhcs.ca.gov/home/cdl/>** مرور کنید. این لیستی از داروهایی است که تحت پوشش **Medi-Cal Rx** قرار خواهند گرفت.

اگر برای یافتن داروخانه به کمک نیاز دارید، به **<https://medi-calrx.dhcs.ca.gov/home/find-a-pharmacy>** مراجعه کنید. با وارد کردن کد پستی یا شهر خود می توانید داروخانه های نزدیک خود را پیدا کنید. همچنین می توانید روی دکمه «فیلتر» کلیک کنید تا داروخانه هایی را با خدمات خاص، مانند سفارش پستی یا تحویل، پیدا کنید. برای خدمات سفارش پستی، ممکن است بخواهید با داروخانه تماس بگیرید تا بررسی کنید که آیا خدمات ارائه شده است یا خیر. وب سایت ممکن است همه داروخانه هایی را که خدمات سفارش پستی ارائه می دهند نشان ندهد.

اگر در مورد مزایای داروخانه خود سؤالی دارید، می توانید با مرکز خدمات مشتریان به شماره **1-800-977-2273** تماس بگیرید، که **24** ساعت شبانه روز، **7** روز هفته یا **711** در دسترس است. برای **TTY** از دوشنبه تا جمعه، **8** صبح تا **5** بعد از ظهر.

مزایای چشم انداز (VSP - Vision Service Plan)، مزایای بینایی شما را پوشش می دهد. با **1-800-877-7195** تماس بگیرید یا از وب سایت آنها بازدید کنید، **VSP.com**.

مزایای دندانپزشکی - Denti-Cal مزایای دندانپزشکی شما را پوشش می دهد. می توان با آنها از طریق **1-800-322-6384** تماس گرفت یا از وب سایت آنها، **Denti Cal.ca.gov** بازدید کرد.

حمل و نقل



هنگام سفر به و از یک قرار ملاقات پزشکی یا خدمات **Medi-Cal** که توسط ارائه دهنده شما مجاز است، تحت پوشش حمل و نقل بدون هزینه هستید. برای خدمات تحت پوشش **Medi-Cal** می توانید از ماشین، تاکسی، اتوبوس یا سایر راه های عمومی یا خصوصی برای رسیدن به قرار ملاقات خود استفاده کنید. اگر با وسیله نقلیه شخصی به آنجا می روید، ما بر حسب مایل طی شده به شما هزینه را بازپرداخت می کنیم. برای درخواست خدمات حمل و نقل، حداقل **3** روز قبل از قرار ملاقات خود با شماره **(TTY: 711) 1-855-772-9076** با ما تماس بگیرید. ما همچنین حداکثر **5** سواری در ماه را به داروخانه، فروشگاه مواد غذایی، دفتر **WIC** یا درخواست برای کوپن غذا ارائه می دهیم.

اپلیکیشن موبایل - Aetna Better Health



می توانید یک ارائه دهنده پیدا کنید، کتابچه راهنمای خود را ببینید، ادعاها را بررسی کنید، یک کارت شناسایی جدید را مشاهده یا سفارش دهید و داروهای فعلی خود را در تلفن هوشمند خود مشاهده کنید. برنامه ما، **Aetna Better Health**، را می توانید به صورت رایگان از فروشگاه برنامه (**app store**) و روی دستگاه هوشمندتان دانلود کنید. قبل از ورود به برنامه تلفن همراه، باید برای پورتال اعضا در وب سایت ما ثبت نام کنید. اگر به کمک نیاز داشتید، با خدمات اعضا تماس بگیرید.





برنامه های پاداش اعضا

با برنامه پاداش Aetna Better Care، اعضا می توانند پس از تکمیل فعالیت های سلامت و تندرستی، جوایز کارت هدیه دریافت کنند برای اعضای باردارمان، ما یک برنامه مسائل زایمان داریم که می توانید برای تکمیل بازدیدهای مهم بارداری، جوایز کارت هدیه دریافت کنید. می توانید از جوایز کارت هدیه خود در خرده فروش های شرکت کننده مانند CVS، Walmart، Walmart.com، Albertsons، Safeway و Kroger استفاده کنید.

اعضای واجد شرایط	پاداش	فعالیت تندرستی
سلامت زنان	\$25	غربالگری سالانه سرطان سینه (سنین 50 تا 74 سال)
	\$25	غربالگری سالانه سرطان دهانه رحم (سنین 21 تا 64 سال)
	\$25	غربالگری سالانه کلامیدیا (سنین 16 تا 24 سال)
کودکان و نوجوانان تا 21 سال	\$25	ایمن سازی نوجوانان (تا 13 سالگی کامل می شود)
	\$25	غربالگری سرب در کودکان (تا 2 سالگی کامل می شود)
	\$25	ویزیت تندرستی کودک و نوجوان
	\$50	ایمن سازی دوران کودکی (تا 2 سالگی کامل شود)
اعضای باردار	\$50	تکمیل اطلاعیه بارداری
	\$25	اولین ویزیت قبل از تولد (تا پایان سه ماهه اول کامل شود)
	\$10	هر بازدید اضافی (حداکثر 12 بازدید)
	\$25	ویزیت پس از زایمان (تا 84 روز پس از زایمان کامل شود)

برنامه سلامت مادر - برای بهبود سلامت زنان در دوران بارداری و کاهش خطر تولد زودرس و وزن کم هنگام تولد، و عدم رشد نوزاد طراحی شده است.

برنامه سندرم پرهیز نوزادی (NAS) - مراقبت‌هایی را برای مادران و نوزادانی ارائه می‌دهد که وقتی مادری در طول بارداری از داروها یا داروها استفاده می‌کند، به آن نیاز دارند NAS نوعی ترک دارو در نوزادان تازه متولد شده است.

انتقال مراقبت (برنامه اجتناب از پذیرش مجدد) - برای ارائه مدیریت مکرر و متمرکز مورد برای اعضای که در معرض خطر بالای بستری مجدد بستری هستند استفاده می‌شود.

پشتیبانی انجمن - خدمات یا تنظیمات که ممکن است به جای خدمات یا تنظیمات تحت پوشش طرح ایالت کالیفرنیا مدیکید ارائه شوند و از نظر پزشکی مناسب هستند، جایگزین مقرون به صرفه برای خدمات تحت پوشش طرح دولتی.

مدیریت مراقبت پیشرفته (ECM) - برای اعضای که بی‌خامانی را با نیازهای پیچیده بهداشتی و/یا رفتاری، بازدیدهای مکرر از بیمارستان و نیاز به زندگی کوتاه مدت به کمک دارند.

مدیریت پرونده



مدیریت پرونده برای کمک به اعضا در درک و کنترل شرایط سلامتی در دسترس است.

می‌توانید با شماره **1-855-772-9076 (TTY: 711)** تماس بگیرید و بخواهید با مدیر پرونده درباره پیوستن به این برنامه صحبت کنید. ممکن است پزشک شما را برای این برنامه توصیه کند. مدیران پرونده پرستاران یا مددکاران اجتماعی دارای مجوز هستند.

آن‌ها نیز می‌توانند به شما کمک کنند:

- درباره مراقبت‌های بهداشتی عمومی بیشتر بدانید
- نیازهای مراقبت بهداشتی منحصر به فرد خود را شناسایی کنید و مطمئن شوید که همه نیازهای شما برآورده شده است
- یک ارائه دهنده برای خود یا فرزندتان پیدا کنید
- با ارائه دهنده، خانواده و متخصصان پزشکی خود بهتر ارتباط برقرار کنید
- تجهیزات ویژه و کمک‌های بهداشتی خانه مورد نیاز خود را دریافت کنید

برخی از کودکان نیازهای پزشکی، سلامت رفتاری یا آموزشی بیشتری نسبت به سایر کودکان هم سن خود دارند یک برنامه مدیریت پرونده همچنین می‌تواند به کودکانی که نیاز به مراقبت بیشتری دارند کمک کند

- درباره مراقبت‌های بهداشتی عمومی بیشتر بدانید
- نیازهای مراقبت بهداشتی منحصر به فرد خود را شناسایی کنید و مطمئن شوید که همه نیازهای شما برآورده شده است
- یک ارائه دهنده برای خود یا فرزندتان پیدا کنید

مدیریت مراقبت نیز این برنامه‌ها را ارائه می‌دهد:

مراقبت تسکینی بزرگسالان و کودکان - راهی برای بهبود کیفیت زندگی فردی که دارای بیماری جدی است.

برنامه مدیریت مواد افیونی - می‌تواند به شما در مدیریت بهتر مواد افیونی یا توقف استفاده از آنها کمک کند.

برنامه مدیریت بیماری مزمن - آموزش، منابع، و هماهنگی مراقبت را برای رفع شکاف‌های مراقبتی برای اعضای که با شرایط خاص تشخیص داده شده‌اند، ارائه می‌دهد.

برنامه پیشگیری از دیابت - ممکن است به شما در اتخاذ عادات سالم، کاهش وزن و کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع 2 کمک کند.





نظر شما مهم است

ممکن است برای تکمیل نظرسنجی رضایت اعضا انتخاب شوید از شما می خواهد که تجربه خود را در مورد خدمات و برنامه های مراقبت های بهداشتی موجود در اینجا در **Aetna Better Health** به ما بگویید. نظرات شما برای ما بسیار مهم است. ما به طور مداوم به دنبال راه هایی هستیم که بتوانیم به شما خدمات بهتری ارائه دهیم.

ما از سه نظرسنجی برای جمع آوری بازخورد ارزشمند اعضا استفاده می کنیم:

- ارزیابی مصرف کننده از ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی و سیستم (CAHPS)
- بررسی سلامت رفتاری
- بررسی مدیریت مراقبت



شرکت Pyx Health

سلام دوست...

Pyx Health ترکیبی از انسان‌های دلسوز و یک برنامه تلفن همراه تعاملی است - آنها با هم سعی می‌کنند به حل تنهایی و اثرات منفی آن بر سلامت کمک کنند.

Pyx Health همچنین به طور منظم تنهایی، افسردگی، اضطراب و نیازهای اولیه (مسکن، غذا، مراقبت از کودکان، حمل و نقل و غیره) را بررسی می‌کند و برای رفع نیازهای شما در زمان واقعی کمک می‌کند.



ثبت نام آسان است. این برنامه در فروشگاه **App Store** و فروشگاه **Google Play** یا در وب در آدرس **pyxhealth.com/store download** در دسترس است. کسانی که گوشی هوشمند ندارند می‌توانند خدمات تلفنی را با شماره **1-855-499-4777** دریافت کنند



کد QR را با تلفن خود اسکن کنید
<https://hipyx.com/account/signup>



درگیر شوید و صدای خود را به اشتراک بگذارید

آیا شما علاقه مند به ارائه بازخورد به ما برای بهبود خدمات مراقبت های بهداشتی هستید؟ برای پیوستن به کمیته مشاوره اعضا (MAC) و کمیته سیاست عمومی (PPC) با **1-855-772-9076 (TTY: 711)** تماس بگیرید. وقتی ملحق می شوید، می توانید:

- به شکل گیری برنامه های جدید کمک کنید
- نظرات خود را در مورد خدمات مراقبت های بهداشتی موجود در **Aetna Better Health of California** به اشتراک بگذارید.
- با سایر اعضای **Aetna Better Health** که در جامعه شما زندگی می کنند، ارتباط برقرار کنید.
- درباره منابع و خدماتی که برای شما و خانواده در دسترس است بیاموزید.

Manifest MedEx

اگر مزایای پزشکی دارید، به طور خودکار در **Manifest MedEx** ثبت نام می کنید. این به ارائه دهندگان اجازه می دهد تا سوابق پزشکی شما را مشاهده و به اشتراک بگذارند تا بهترین مراقبت را به شما ارائه دهند. اگر نمی خواهید آنها دسترسی داشته باشند، می توانید در www.manifestmedex.org/opt-out انصراف دهید.



Aetna Better Health of California

[AetnaBetterHealth.com/California](https://www.aetna.com/betterhealth/california)