

CHECK UP

SENIOR CARE OPTIONS NEWSLETTER

Контролируйте свое здоровье



Участники Отдела программы Commonwealth Care Alliance по вопросам медицинского образования и обучения лиц, осуществляющих уход (НЕСТ).

Отдел медицинского образования и обучения лиц, осуществляющих уход, (НЕСТ) предлагает образовательные программы, встречи на местном уровне и общественные мероприятия для наших участников. Эти мероприятия предоставляют участникам средства, которые помогают им контролировать свое здоровье. Мы знаем, насколько участникам нравятся такие семинары, потому что они всегда просят дать им больше возможностей для обучения.

Г-жа Diana Zegarra, руководитель команды НЕСТ: «Приятнее всего, когда участник говорит, что программа, в которой он принимал участие, не только оказалась полезной в жизни, но и помогла изменить образ жизни всей его семьи. Каждый раз, когда я слышу от участника такие слова, я могу сказать, что «миссия выполнена!»».

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ

Вакцинации и скрининги.....	2
Участник SCO отмечает свой 100-й юбилей	2
Ищите врача?	2
Уголок обслуживания участников	3
Программа помогает бороться с болезнями сердца	3
Вы довольны своим планом SCO? Тогда поделитесь впечатлениями!	4
Контроль почты	4

Запишитесь на семинары

Сладкий вкус успеха

Когда: каждый вторник
с 28 октября по 2 декабря

Время: с 9:30 a.m. до 12:30 p.m.

Где: 3640 Main Street,
Кабинет 304, Springfield, MA

Есть вопросы?

Свяжитесь с Diaz Marte по адресу
ldiaz-marte@commonwealthcare.org
или с Louis Rivera по адресу
lrivera@commonwealthcare.org

Моя жизнь, мое здоровье

Когда: каждый четверг
с 30 октября по 11 ноября
(кроме 27 ноября в связи
с празднованием Дня
благодарения)

Время: с 10:00 a.m. до 12:30 p.m.

Где: 415 Columbia Road,
Dorchester MA

Есть вопросы?

Свяжитесь с Diana Zegarra по адресу
dzegarra@commonwealthcare.org

Моя жизнь, мое здоровье

Семинар на португальском языке

Когда: каждый понедельник
с 27 октября по 1 декабря

Время: с 10:00 a.m. до 12:30 p.m.

Где: Медицинский центр Windsor
Street Health Center,
Cambridge, MA

Есть вопросы?

Свяжитесь с Diana Zegarra по адресу
dzegarra@commonwealthcare.org

Вакцинации и скрининги

Бесплатные скрининги на гепатит С

Профилактические скрининги на гепатит С проводятся бесплатно. Федеральное ведомство программ Medicare и Medicaid Services недавно разрешило проведение бесплатных скринингов для взрослых, находящихся в группе повышенного риска заражения гепатитом С, или любых взрослых, родившихся в период с 1945 по 1965 гг. Вы находитесь в группе «повышенного риска», если у вас есть зависимость от незаконных внутривенных наркотических препаратов или имеются такие факты в прошлом, а также если вам переливали кровь до 1992 года. Чтобы узнать, имеете ли вы право на участие в бесплатном скрининге на гепатит С, просим вас обратиться к своему основному лечащему врачу или лечащей группе.

Пора пройти вакцинацию от гриппа!

В прошлом году многие участники Commonwealth Care Alliance сделали прививку от гриппа. Это отличная новость, поскольку прививка является лучшим способом защиты от гриппа. Помните!

Грипп — это тяжелое заболевание носа, горла и легких, которое может привести к пневмонии.

Ежегодно около 114 000 человек в США попадают в больницы и около 36 000 человек умирает от гриппа.

Хотя вы можете сделать прививку в любое время в период сезонного обострения гриппа, оптимальной является вакцинация в октябре или ноябре — до начала периода активности заболевания. Для вас это бесплатно.

Обратитесь к своему основному лечащему врачу или лечащей группе, чтобы договориться о прохождении ежегодной вакцинации от гриппа. Сделайте это сегодня!

Участник SCO отмечает свой 100-й день рождения



В июле участница Commonwealth Care Alliance Senior Care Options (SCO) Barbara Nascimento из Dorchester, MA отметила свой сотый день рождения.

Генеральный директор Commonwealth Care Alliance д-р Robert Master передал Barbara поздравления от сената штата Массачусетс с упоминанием о ее дне рождения в медицинском центре Upham's Corner.

Barbara является участницей SCO с 2006 года. В течение этого времени ей ни разу не требовалась госпитализация. За эти восемь лет Barbara и ее семья построили крепкие взаимоотношения с Commonwealth Care Alliance и врачами медицинского центра Upham's Corner.

Commonwealth Care Alliance гордится тем, что Barbara и ее семья стремятся поддерживать крепкое здоровье и живой интерес к жизни.

Ищите врача?

Найти врача из сети Commonwealth Care Alliance не составит труда.

С помощью кнопки «Найти врача» на нашем веб-сайте вы сможете найти врача общей практики или специалиста, который сможет вам помочь, или узнать, входит ли в нашу сеть обслуживания врач, который обслуживает вас в настоящее время.

Вы можете установить фильтр и выполнить поиск по врачам, учреждениям, специальности и другим категориям. Вы также можете найти карту с указанием офиса врача и узнать, принимает ли он новых пациентов.

Перейдите по ссылке <http://www.commonwealthcaresco.org/find-a-provider>.

По телефону: позвоните в Отдел обслуживания участников по номеру 1-866-610-2273 (TTY 711), и специалист поможет вам. Мы работаем с 8 а.м. до 8 р.м. без выходных.

Уголок обслуживания участников

Далее вы найдете ответы на некоторые часто задаваемые вопросы от наших участников.

Стоматологическое обслуживание

Q: Я являюсь новым участником, и мне необходимо пройти ряд стоматологических процедур. Какие стоматологические услуги вы покрываете?

A: Страхование покрытия Commonwealth Care Alliance Senior Care Options распространяется на профилактические, восстановительные и экстренные услуги по уходу за полостью рта.

Спектр этих услуг включает диагностические осмотры и рентген, гигиену полости рта, восстановительные пломбы, коронки, зубные протезы, вставные челюсти и челюстно-лицевые операции. Пожалуйста, ознакомьтесь с более подробной информацией о покрываемых страховкой услугах и предварительных разрешениях в Главе 4 вашего Буклета участника программы.

Q: Можете ли вы помочь мне подобрать стоматолога?

A: Да, сотрудники Отдела обслуживания участников помогут вам выбрать стоматолога, который сотрудничает с нашим планом. Вам достаточно позвонить по телефону бесплатной линии 1-866-610-2273 или набрать номер ТТУ 711 с 8:00 a.m. до 8:00 p.m. в любой день недели. Вы также можете посетить наш веб-сайт <http://commonwealthcaresco.org/find-a-provider>, чтобы ознакомиться с нашим Справочником поставщиков медицинских услуг.

Компенсация участникам

Q: Что если мой врач попросил внести предоплату?

A: Поскольку вы являетесь участником программы Commonwealth Care Alliance Senior Care Options, вам не нужно оплачивать наличными какие-либо необходимые по медицинским показаниям услуги или рецепты. Однако для получения ряда услуг и отпускаемых по рецепту препаратов вам может потребоваться заплатить

вперед. Если ваш врач или аптека просят вас заплатить наличными, попросите их позвонить в Отдел обслуживания участников Commonwealth Care Alliance, либо вы всегда можете сделать это самостоятельно.

Q: Что если я уже заплатил(а) наличными за услуги или рецептурные препараты, необходимые по медицинским показаниям?

A: В таких редких случаях вам следует обращаться в Отдел обслуживания участников. Вам потребуется представить чек. После этого сотрудники Отдела обслуживания участников позвонят вашему врачу и попросят его прислать счет в Commonwealth Care Alliance. Отдел обслуживания участников также примет все необходимые меры, чтобы врач или аптека выплатили вам компенсацию.

Более подробную информацию вы сможете найти в Главе 7 вашего Буклета участника, или обратившись в Отдел обслуживания участников по телефону 1-866-610-2273 (ТТУ 711) с 8 a.m. до 8 p.m. в любой день недели.

Посетите веб-сайт программы Commonwealth Care Alliance, чтобы ознакомиться с самой свежей информацией о Senior Care Options для участников.

www.commonwealthcaresco.org

Программа помогает бороться с болезнями сердца



Отдел медицинского образования при Commonwealth Care Alliance предлагает специальную программу под названием “Cardiovascular Disease One-On-One” («Один на один с сердечно-сосудистым заболеванием»), чтобы помочь нашим участникам, страдающим диабетом, в борьбе с сердечно-сосудистым заболеванием (CVD). В рамках программы вы будете индивидуально заниматься со специалистом в области здравоохранения, чтобы узнать способы управления вашим здоровьем. Вы обсудите

состояние вашего здоровья и факторы риска, а также поставите цели в плане изменения вашего поведения.

Вы можете принять участие в программе, если соответствуете следующим критериям:

- у вас уже есть сердечно-сосудистое заболевание
- вы курите
- у вас повышенное артериальное давление
- у вас избыточный вес
- вы страдаете от депрессии

Вы довольны своим планом SCO? Тогда поделитесь впечатлениями!



Если вам нравится ваш план Senior Care Options, расскажите о нем своим друзьям, соседям и членам семьи! Commonwealth Care Alliance рекомендует вам поделиться впечатлениями о нашем плане.

Нашим планом Senior Care Options могут воспользоваться жители штата Массачусетс, которые:

- достигли возраста 65 лет, и старше;
- пользуются страховкой Medicare и MassHealth Standard или только MassHealth Standard;
- проживают в округе Franklin*, Hampden*, Hampshire*, Middlesex*, Norfolk*, Plymouth* или Suffolk.

Чтобы получить более подробную информацию, позвоните в наш Отдел обслуживания участников по телефону 1-866-610 2273 (TTY 711). Мы работаем с 8 а.м. до 8 р.м. без выходных.

**округ, обслуживаемый частично.*

Контроль почты

Проверяйте почту от Commonwealth Care Alliance. В ближайшее время вам будут отправлены следующие важные материалы для участников:

- Ежегодное извещение об изменениях на 2015 г.
- Свидетельство страхового покрытия на 2015 г.

- Фармацевтический справочник (список лекарств) на 2015 г.
- Список лекарств MassHealth на 2015 г.
- Вкладыш с информацией на различных языках
- Дополнительные требования для получения субсидии для лиц с низким уровнем доходов в 2015 г. (только для лиц, имеющих право на двойное обслуживание)



Если у вас есть какие-либо идеи относительно информационного письма, обратитесь к Scott Howe по электронному адресу showe@commonwealthcare.org.