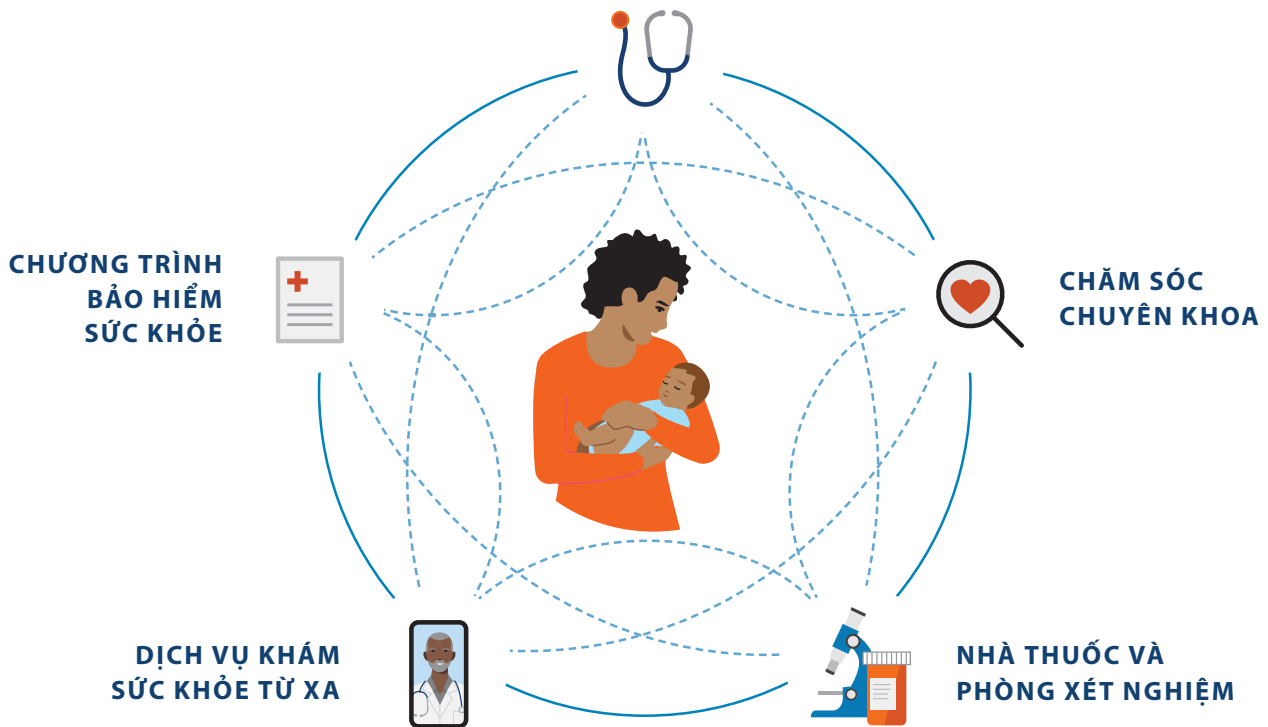


Hướng Dẫn Ghi Danh Khu Vực Oregon
và Tây Nam Washington 2023–2024

Dịch vụ chăm sóc sức khỏe dành cho chính quý vị



DỊCH VỤ CHĂM SÓC CHÍNH



Được thiết kế để giúp cuộc sống của quý vị trở nên dễ dàng hơn

Dịch vụ chăm sóc và bảo hiểm kết hợp với nhau tạo nên mạng lưới bác sĩ, bệnh viện và quyền lợi của các chương trình bảo hiểm sức khỏe thuộc Kaiser Permanente mang tính kết nối và cam kết, mang lại cho quý vị dịch vụ chăm sóc vượt trội, phù hợp với nhu cầu của riêng quý vị.

Quý vị được dễ dàng tiếp cận các chuyên gia hàng đầu cũng như những phương pháp điều trị mới nhất.

Quý vị có thể dự đoán chi phí và giảm bớt thủ tục giấy tờ.

Đây là dịch vụ chăm sóc phù hợp khi quý vị cần.



Hãy tìm hiểu cách thức chúng tôi giúp quý vị giữ gìn sức khỏe để quý vị có thể tiếp tục làm những điều mình yêu thích.

kp.org/allthatisyou (bằng tiếng Anh)

Đến nơi quý vị cảm thấy được là chính mình

Chúng tôi có thể giúp quý vị tìm đến địa điểm chăm sóc sức khỏe phù hợp — dù ở bất kỳ đâu. Dịch vụ chăm sóc tại Kaiser Permanente có thể dễ dàng và nhanh chóng hơn nhờ sự hỗ trợ của những người chăm sóc được kết nối, có thêm nhiều cách hơn để nhận dịch vụ chăm sóc và hỗ trợ sức khỏe tổng thể của quý vị. Chào mừng quý vị đến với dịch vụ chăm sóc phù hợp với cuộc sống của quý vị.

TÌM HIỂU THÊM VỀ:

Dịch vụ chăm sóc được cá nhân hóa	4
Dịch vụ chăm sóc thuận tiện.....	5
Dịch vụ chăm sóc đẳng cấp thế giới	6
Một trải nghiệm tuyệt vời ngay từ khi bắt đầu	7
Chuyển tiếp dịch vụ chăm sóc cho hội viên mới	8
Tận dụng tối đa quyền lợi hội viên của quý vị	9
Tiết kiệm với các sản phẩm và dịch vụ chăm sóc sức khỏe	10
Địa điểm nhận dịch vụ chăm sóc	11
Cộng đồng là trọng tâm ưu tiên của chúng tôi.....	13

Quý vị có điều cần trao đổi? Chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ.

Chuyên viên ghi danh của Kaiser Permanente có thể giải đáp các thắc mắc của quý vị — về địa điểm nhận dịch vụ chăm sóc hoặc những tùy chọn mà quý vị có. Hãy gọi số **1-800-514-0985 (TTY 711)**, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 7 giờ sáng đến 6 giờ chiều, giờ Thái Bình Dương.



Dịch vụ chăm sóc được cá nhân hóa

Dành cho quý vị vì quý vị xứng đáng được thấu hiểu

Các bác sĩ của Kaiser Permanente chỉ có một ưu tiên: sức khỏe của quý vị. Hồ sơ y tế điện tử của quý vị kết nối nhóm chăm sóc sức khỏe với bệnh sử của quý vị, nhờ đó, bác sĩ có thể lập kế hoạch chăm sóc phù hợp với nhu cầu của quý vị. Họ tìm hiểu lối sống, rủi ro và mục tiêu của quý vị để hiểu điều gì quan trọng nhất với quý vị, và họ cũng là những người hết lòng chăm sóc sức khỏe cho quý vị.



Khám phá dịch vụ chăm sóc phù hợp với cuộc sống của quý vị.
kp.org/connectedtocare (bằng tiếng Anh)

Chúng tôi sẽ hướng dẫn quý vị từng bước của dịch vụ chăm sóc



Bệnh sử của quý vị có trong hồ sơ y tế điện tử.



Bác sĩ của quý vị sẽ hướng dẫn quý vị đặt lịch thăm khám và viết giấy giới thiệu



Hồ sơ y tế của quý vị luôn có sẵn để quý vị và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị xem 24/7



Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ thông báo khi cần lên lịch thăm khám và xét nghiệm

Dịch vụ chăm sóc thuận tiện

Dành cho quý vị với lịch trình bận rộn

Truy cập kp.org (bằng tiếng Anh) hoặc sử dụng ứng dụng của chúng tôi để lên lịch hẹn khám sức khỏe định kỳ trực tiếp vào cùng ngày hoặc ngày hôm sau, hoặc trao đổi với bác sĩ lâm sàng 24/7 qua điện thoại hoặc video.¹ Dù kết nối bằng cách nào, quý vị sẽ luôn gặp được một chuyên gia y tế, họ có thể xem bệnh sử của quý vị và tiếp tục thăm khám cho quý vị.

Làm được nhiều việc hơn trong một lần thăm khám

Nhiều cơ sở của chúng tôi có sẵn các nhà thuốc và phòng thí nghiệm trong cùng tòa nhà, vì vậy, quý vị có thể gặp bác sĩ, làm xét nghiệm và nhận toa thuốc tại một điểm duy nhất.

Chúng tôi có thể dễ dàng chăm lo cho sức khỏe của quý vị

- Nhận dịch vụ chăm sóc trực tuyến 24/7
- Gửi email cho nhóm chăm sóc của quý vị
- Xem hầu hết các kết quả xét nghiệm và ghi chú của bác sĩ
- Mua thêm hầu hết các loại thuốc theo toa
- Làm thủ tục đăng ký khám bệnh
- Thanh toán hóa đơn và xem bảng kê



Xem ứng dụng Kaiser Permanente² đem lại quyền kiểm soát cho quý vị như thế nào. kp.org/mobile (bằng tiếng Anh)

FAST COMPANY | **THE WEBBY AWARDS**

Ứng dụng di động của chúng tôi đã giành được giải Công ty thiết kế của năm cho năm 2022 của Fast Company và giải thưởng Webby năm 2022 của People's Voice cho Ứng Dụng Sức Khỏe và Thể Dục.

Quý vị vẫn được đài thọ khi xa nhà



Nếu quý vị đang có kế hoạch đi xa, chúng tôi có thể giúp quý vị quản lý việc chủng ngừa, mua thêm thuốc theo toa, v.v. Và trong hành trình của mình, quý vị vẫn được đài thọ cho dịch vụ chăm sóc cấp cứu và khẩn cấp ở bất cứ nơi nào trên thế giới. Truy cập kp.org/travel (bằng tiếng Anh) để biết thêm thông tin chi tiết.

¹. Khi phù hợp và có sẵn. Nếu quý vị rời khỏi tiểu bang, các tính năng đặt lịch hẹn qua điện thoại và thăm khám qua video có thể không khả dụng do luật pháp của tiểu bang có thể không cho phép các bác sĩ cung cấp dịch vụ chăm sóc vượt qua các ranh giới của tiểu bang. Luật pháp khác nhau giữa các tiểu bang. ². Để sử dụng ứng dụng Kaiser Permanente, quý vị phải là hội viên Kaiser Permanente đã đăng ký trên kp.org (bằng tiếng Anh). Quý vị có thể sử dụng những tính năng này khi nhận dịch vụ chăm sóc từ các cơ sở thuộc Kaiser Permanente.

Dịch vụ chăm sóc đẳng cấp thế giới

Dành cho quý vị khi kỳ vọng những điều tốt nhất

Dù quý vị có nhu cầu gì — sức khỏe tâm thần, thai sản, chăm sóc ung thư, sức khỏe tim và các chuyên khoa khác — quý vị đều có quyền thăm khám với các bác sĩ chuyên môn cao, công nghệ tiên tiến và dịch vụ chăm sóc đã được kiểm chứng.



Tìm hiểu cách thức các bác sĩ và bác sĩ chuyên khoa của chúng tôi làm việc vì quý vị.
kp.org/specialtycare
(bằng tiếng Anh)



Chúng tôi là công ty hàng đầu quốc gia về dịch vụ sàng lọc và nghiên cứu, chúng tôi là một trong số các chương trình bảo hiểm sức khỏe được xếp hạng cao nhất ở mọi tiểu bang mà chúng tôi phục vụ.^{1,2,3}

Các hội viên Kaiser Permanente có:



4X

khả năng hoàn thành chương trình phục hồi chức năng tim với sự hỗ trợ phù hợp⁴

52%

khả năng cao hơn để vượt qua bệnh ung thư đại trực tràng⁵

33%

khả năng thấp hơn về tử vong sớm do ung thư⁶



Tất cả 39 bệnh viện của Kaiser Permanente trên toàn quốc đã được công nhận bởi U.S. News & World Report (Báo Cáo Tin Tức Hoa Kỳ & Thế Giới) là những bệnh viện có hiệu suất cao trong một hoặc nhiều loại hình chăm sóc.

1. Điểm HEDIS® của Kaiser Permanente năm 2022. Điểm chuẩn được cung cấp theo Quality Compass® của Ủy Ban Quốc Gia về Đảm Bảo Chất Lượng (National Committee for Quality Assurance, NCQA) và áp dụng cho tất cả các ngành nghề kinh doanh. Điểm tổng hợp khu vực của Kaiser Permanente được cung cấp bởi Phòng Chất Lượng Chăm Sóc và Dịch Vụ của Kaiser Permanente. Nguồn dữ liệu trong ấn phẩm này được lấy từ Quality Compass 2022 và được NCQA cho phép sử dụng. Quality Compass 2022 bao gồm một số dữ liệu CAHPS nhất định. Mọi hoạt động trình bày, phân tích, diễn giải dữ liệu hoặc kết luận dựa trên dữ liệu này hoàn toàn do tác giả thực hiện và NCQA đặc biệt khước từ trách nhiệm đối với bất kỳ hoạt động trình bày, phân tích, diễn giải hoặc kết luận nào như vậy. Quality Compass® và HEDIS® là các nhãn hiệu đã đăng ký của NCQA. CAHPS® là nhãn hiệu đã đăng ký của Cơ Quan Phụ Trách Nghiên Cứu và Chất Lượng Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe. 2. Báo cáo thường niên 2021, Kaiser Permanente, giới thiệu. [kaiserpermanente.org/who-we-are/annual-reports/2021-annual-report](https://www.kaiserpermanente.org/who-we-are/annual-reports/2021-annual-report) 3. Xếp Hạng Chương Trình Bảo Hiểm Sức Khỏe Tư Nhân của NCQA 2022–2023, Ủy Ban Quốc Gia về Đảm Bảo Chất Lượng, 2022: Kaiser Foundation Health Plan of Colorado — HMO (xếp hạng 4/5); Kaiser Foundation Health Plan of Georgia, Inc. — HMO (xếp hạng 4/5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Hawaii — HMO (xếp hạng 4/5); Kaiser Foundation Health Plan of the Mid-Atlantic States, Inc. — HMO (xếp hạng 5/5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Northern California — HMO (xếp hạng 4.5/5); Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest — HMO (xếp hạng 4/5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Southern California — HMO (xếp hạng 4.5/5); Kaiser Foundation Health Plan of Washington — HMO (xếp hạng 4/5). 4. Tỷ lệ hoàn thành chương trình phục hồi chức năng tim trực tuyến của Kaiser Permanente là hơn 80% – gấp bốn lần so với chương trình tại trung tâm. 5. Theodore R. Levin, MD và cộng sự, “Effects of Organized Colorectal Cancer Screening on Cancer Incidence and Mortality in a Large, Community-Based Population”, Gastroenterology, tháng 11 năm 2018. 6. Elizabeth A. McGlynn, PhD. và cộng sự, “Measuring Premature Mortality Among Kaiser Permanente Members Compared to the Community”, ngày 20 tháng 7 năm 2022

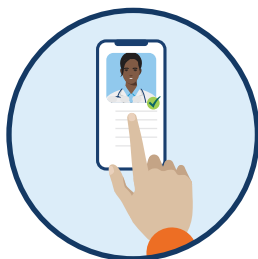
Một trải nghiệm tuyệt vời ngay từ khi bắt đầu

Dành cho quý vị khi mới bắt đầu

Việc chuyển đổi chương trình có vẻ như rất khó khăn, nhưng tại Kaiser Permanente, chúng tôi hướng dẫn hội viên mới cách tiến hành từng bước. Do đó, quý vị có thể nhận ngay dịch vụ chăm sóc mà quý vị cần.



Làm theo các bước đơn giản này để bắt đầu.
kp.org/newmember (bằng tiếng Anh)



Bước 1: Chọn bác sĩ của quý vị

Chúng tôi biết rằng việc kết nối với một bác sĩ là một phần quan trọng trong hoạt động chăm sóc sức khỏe cho quý vị. Hãy duyệt xem hồ sơ trực tuyến của các bác sĩ để tìm kiếm bác sĩ và địa điểm trong khu vực của quý vị, ngay cả trước khi quý vị ghi danh, tại kp.org/newmember (bằng tiếng Anh).



Bước 2: Kết nối với dịch vụ chăm sóc trực tuyến

Sau khi chương trình bảo hiểm của quý vị bắt đầu, hãy tạo một tài khoản tại kp.org (bằng tiếng Anh) hoặc tải về ứng dụng Kaiser Permanente.* Sau đó, quý vị có thể theo dõi sức khỏe của mình theo lịch — bất cứ khi nào, ở bất cứ nơi đâu.



Bước 3: Mua thuốc theo toa

Chuẩn bị sẵn thông tin toa thuốc của quý vị và chúng tôi sẽ giúp quý vị lo phần còn lại. Hãy làm theo các bước để chuyển toa thuốc của quý vị thành hình thức trực tuyến hoặc gọi cho Trung Tâm Chào Mừng Hội Viên Mới theo số 1-888-491-1124 (TTY 711), thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

Chăm sóc sức khỏe một cách đơn giản

Không chỉ riêng quý vị là không biết đến Tổ Chức Bảo Vệ Sức Khỏe (Health Maintenance Organization, HMO) từ Tài Khoản Tiết Kiệm Y Tế (Health Savings Account, HSA). Nhưng hãy yên tâm — chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ để dịch vụ chăm sóc sức khỏe trở nên dễ hiểu hơn. Nhận trợ giúp tìm hiểu kiến thức cơ bản tại kp.org/learnthebasics (bằng tiếng Anh).



*Để sử dụng ứng dụng Kaiser Permanente, quý vị phải là hội viên Kaiser Permanente đã đăng ký trên kp.org (bằng tiếng Anh). Quý vị có thể sử dụng những tính năng này khi nhận dịch vụ chăm sóc từ các cơ sở thuộc Kaiser Permanente.

Chuyển tiếp dịch vụ chăm sóc cho hội viên mới

Dành cho quý vị khi cần thêm trợ giúp

Mục tiêu của chúng tôi là giúp xác định các nhu cầu riêng của quý vị và kết nối quý vị với các bác sĩ, bác sĩ chuyên khoa và thuốc theo toa để quản lý hiệu quả quy trình chuyển tiếp dịch vụ chăm sóc của quý vị.

Trung Tâm Chào Mừng Hội Viên Mới có thể hỗ trợ đáp ứng các loại nhu cầu y tế sau đây:

	Nhu cầu thông thường	• Chọn bác sĩ. • Lên lịch hẹn khám định kỳ. • Chuyển toa thuốc. Ngoài ra, chúng tôi cũng cung cấp lựa chọn tự phục vụ 24/7 tại kp.org (bằng tiếng Anh).
	Nhu cầu của cha mẹ và trẻ em	• Chọn bác sĩ nhi khoa hoặc bác sĩ gia đình. • Kết nối với bác sĩ sản phụ khoa. • Chuyển hồ sơ và bệnh sử. • Chuyển toa thuốc. • Đặt lịch chủng ngừa và thăm khám sức khỏe cho trẻ em.
	Nhu cầu chăm sóc chuyên khoa	• Kết nối với các bác sĩ chuyên khoa như bác sĩ chuyên khoa ung thư, bác sĩ chuyên khoa chỉnh hình và bác sĩ tai mũi họng. • Kết nối với các chuyên gia về sức khỏe tâm thần. • Xác định nhu cầu về thiết bị y khoa lâu bền.
	Nhu cầu y tế phức tạp	• Kết nối với dịch vụ chăm sóc chuyên khoa để điều trị các bệnh trạng như ung thư, bệnh thận, trước/sau phẫu thuật và cấy ghép. • Kết nối với nhà thuốc để mua các loại thuốc theo toa và dịch truyền chuyên khoa.

Truy cập kp.org/newmember (bằng tiếng Anh) để tự bắt đầu hoặc gọi cho Trung Tâm Chào Mừng Hội Viên Mới theo số 1-888-491-1124 (TTY 711). Chúng tôi hỗ trợ từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.



Tận dụng tối đa quyền lợi hội viên của quý vị

Để có sức khỏe tốt thì chỉ đi khám bác sĩ là không đủ. Hãy tìm cơ sở chăm sóc sức khỏe tốt cho quý vị bằng cách khám phá một số tính năng và quyền lợi bổ sung có sẵn dành cho hội viên.¹ Nhiều nguồn lực trong số này có sẵn mà không mất thêm chi phí.



Ứng dụng Kaiser Permanente

Quản lý sức khỏe của quý vị 24/7 — lên lịch hẹn, gửi email các câu hỏi không khẩn cấp cho văn phòng bác sĩ, đặt mua thêm hầu hết các toa thuốc, xem hầu hết các kết quả xét nghiệm, thanh toán hóa đơn, đọc ghi chú của bác sĩ và nhiều tính năng khác.²



Tập luyện theo yêu cầu và trực tiếp qua ClassPass³

Chọn từ hàng nghìn video tập thể dục theo yêu cầu và được giảm giá cho các lớp học trực tiếp và phát trực tiếp. Tìm hiểu thêm tại kp.org/classpass (bằng tiếng Anh).



Chương trình lối sống lành mạnh

Trở nên khỏe mạnh hơn nhờ các chương trình giúp quý vị giảm cân, cai thuốc lá, giảm căng thẳng và nhiều chương trình khác — tất cả đều miễn phí. Tìm hiểu thêm tại kp.org/healthylifestyles (bằng tiếng Anh).



Huấn luyện sức khỏe toàn diện

Được giúp đỡ để đạt được các mục tiêu sức khỏe của quý vị bằng cách làm việc riêng với huấn luyện viên sức khỏe qua điện thoại. Tìm hiểu thêm tại kp.org/wellnesscoach (bằng tiếng Anh).

Quyền lợi bổ sung cho sức khỏe tổng thể^{4,5,6}

Với tư cách là hội viên của Kaiser Permanente, quý vị có quyền tiếp cận nhiều công cụ giúp quý vị quản lý sức khỏe tổng thể của mình. Truy cập kp.org/mentalhealth (bằng tiếng Anh) để tìm hiểu thêm.



Hội viên có thể tập thiền định và chánh niệm để giúp xây dựng khả năng phục hồi tâm thần, giảm căng thẳng và cải thiện giấc ngủ.



Hội viên có thể đặt ra các mục tiêu sức khỏe tâm thần, theo dõi sự tiến bộ và nhận hỗ trợ kiểm soát chứng trầm cảm, lo âu cùng nhiều tính năng khác.



Giải pháp hỗ trợ sức khỏe tâm thần phòng ngừa này được cung cấp theo yêu cầu mọi lúc mọi nơi.

1. Các dịch vụ này không được đài thọ theo quyền lợi trong chương trình bảo hiểm sức khỏe của quý vị và không phải tuân theo các điều khoản được quy định trong *Chứng Từ Bảo Hiểm* của quý vị hoặc các tài liệu khác của chương trình. Các dịch vụ này có thể bị ngừng cung cấp bất kỳ lúc nào mà không cần thông báo. 2. Các tính năng này áp dụng cho dịch vụ chăm sóc mà quý vị nhận được tại các cơ sở của Kaiser Permanente. Để sử dụng ứng dụng Kaiser Permanente, quý vị phải là hội viên Kaiser Permanente đã đăng ký trên kp.org (bằng tiếng Anh). 3. ClassPass không áp dụng cho hội viên chỉ tham gia chương trình bảo hiểm Nha Khoa của Kaiser Permanente. 4. Chỉ được cung cấp cho các hội viên Kaiser Permanente có bảo hiểm y tế; myStrength® là nhãn hiệu của Livongo Health, Inc., một công ty con thuộc quyền sở hữu hoàn toàn của Teladoc Health, Inc. 5. Hội viên từ 13 tuổi trở lên có thể sử dụng Calm and myStrength. Ứng dụng và các dịch vụ Ginger không dành cho hội viên dưới 18 tuổi. 6. Calm, my Strength và Ginger không áp dụng cho hội viên chỉ tham gia chương trình bảo hiểm Nha Khoa của Kaiser Permanente.

Tiết kiệm với các sản phẩm và dịch vụ chăm sóc sức khỏe

Dành cho quý vị khi muốn tiết kiệm

Tại Kaiser Permanente, quý vị có thể được tận hưởng các công cụ, lớp học, chương trình và hoạt động trực tuyến được giảm giá có thể giúp quý vị sống hạnh phúc và khỏe mạnh. Truy cập kp.org/memberdiscounts (bằng tiếng Anh) để biết thêm thông tin.

CHP Active and Healthy

Chương trình này có thể giúp quý vị và gia đình tiết kiệm tiền khi tham gia các hoạt động lành mạnh, thú vị yêu thích của mình để giảm căng thẳng.

Khám phá các tùy chọn dưới đây và tìm hiểu thêm tại chpactiveandhealthy.com (bằng tiếng Anh).

Hoạt động ngoài trời và khám phá

Tiết kiệm trong các buổi tập leo núi, lớp học ngoài trời, các chuyến đi câu cá có hướng dẫn viên, thuê đồ trượt tuyết và các hoạt động khác giúp quý vị thỏa sức khám phá.

Nghệ thuật và văn hóa

Nhận chiết khấu để giúp quý vị khám phá các bảo tàng địa phương, khu vườn, phòng trưng bày nghệ thuật và trung tâm biểu diễn nghệ thuật. Quý vị cũng có thể tiết kiệm tiền trong các buổi học nhạc và nhận vé xem phim giảm giá.

Tập thể dục

Từ các trại huấn luyện, lớp học võ thuật, câu lạc bộ sức khỏe và thể dục cho đến trung tâm thủy sinh, phòng tập khiêu vũ và các bài huấn luyện cá nhân, bạn có thể tiết kiệm trong vô số các dịch vụ và quyền lợi viên liên quan đến tập thể dục.

Ăn uống lành mạnh

Quý vị sẽ được ưu đãi trong các lớp học nấu ăn, thực phẩm bổ sung dinh dưỡng, dịch vụ quản lý cân nặng, đồ làm vườn, v.v.

Dịch vụ chăm sóc thay thế và chỉnh nha xương

Được giảm giá đối với liệu pháp thiên nhiên, chăm sóc thần kinh cột sống, xoa bóp và các liệu pháp thay thế khác từ các nhà cung cấp thuộc hệ thống CHP Group. Truy cập chpgroup.com (bằng tiếng Anh) để tìm hiểu thêm và chọn nhà cung cấp của quý vị.

ChooseHealthy®

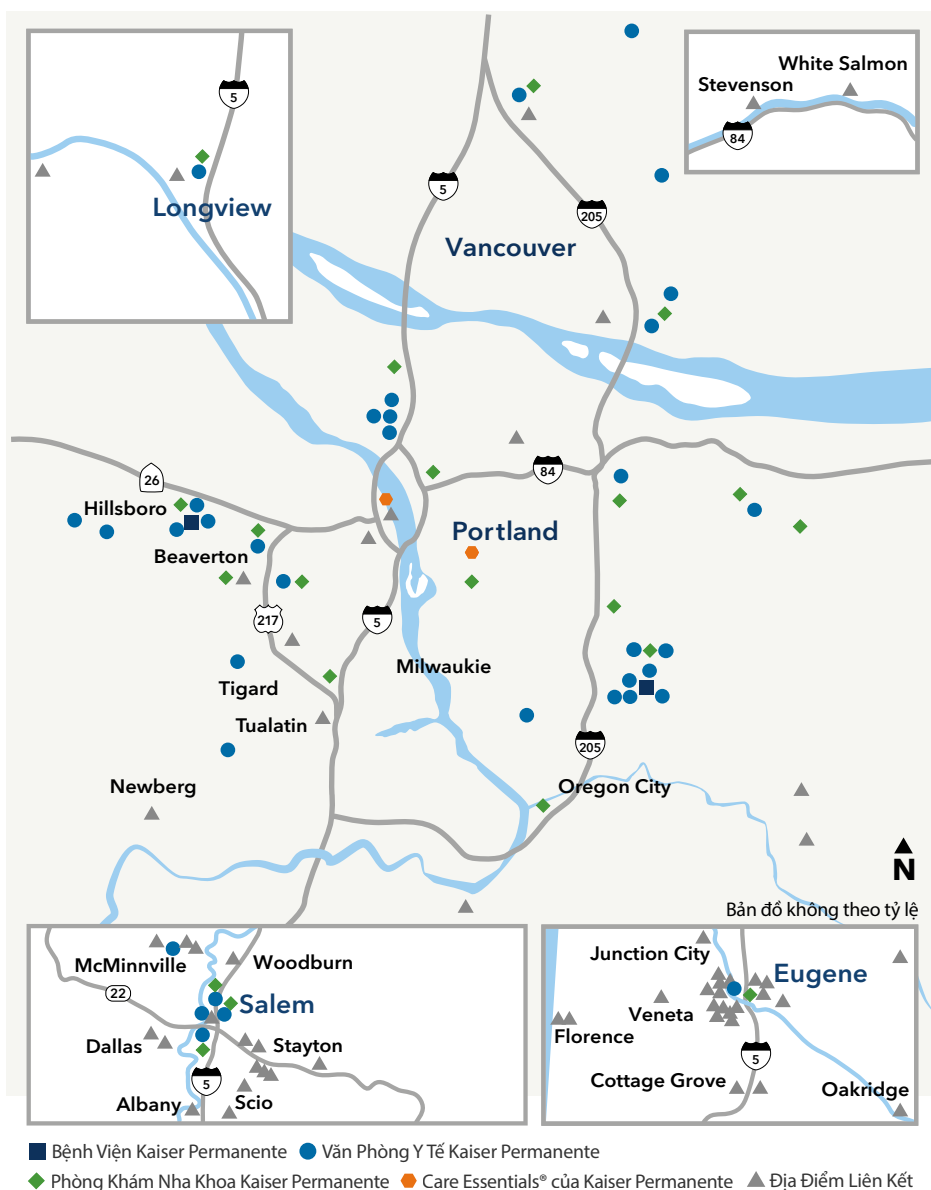
Với chương trình ChooseHealthy, quý vị có thể tiếp tục lộ trình chăm sóc sức khỏe của mình. ChooseHealthy là nguồn thông tin sức khỏe trực tuyến, cung cấp các công cụ sức khỏe và thể dục, cũng như giảm giá cho các sản phẩm chăm sóc sức khỏe. Chương trình này được cung cấp miễn phí cho quý vị. Tìm hiểu thêm tại kp.org/choosehealthy (bằng tiếng Anh).

- Lên kế hoạch cho các bữa ăn trong tháng với kế hoạch bữa ăn phù hợp với khẩu vị, mức độ tập thể dục và mục tiêu cân nặng của quý vị.
- Nhận các kế hoạch rèn luyện sức bền và tìm mạch được cá nhân hóa dựa trên mục tiêu thể chất của quý vị.
- Tiết kiệm chi phí như giảm giá phí thành viên và giảm phí tham gia tại hơn 100 câu lạc bộ thể dục, phòng tập yoga và trung tâm tập thể dục từ Longview, Washington đến Eugene, Oregon.

Các sản phẩm và dịch vụ này do các tổ chức không thuộc Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW) cung cấp. Một số chương trình phúc lợi của KFHPNW có chi trả cho một số dịch vụ giảm giá này. Xem *Chứng Từ Bảo Hiểm* của quý vị để biết thêm chi tiết. KFHPNW khước từ mọi trách nhiệm pháp lý liên quan đến các sản phẩm và dịch vụ được giảm giá này. Nếu có vấn đề nào phát sinh, quý vị có thể sử dụng quy trình khiếu nại của chúng tôi bằng cách gọi cho Dịch Vụ Hội Viên theo số 1-800-813-2000 (TTY 711).

Nơi tìm dịch vụ chăm sóc tại Oregon và Tây Nam Washington

Chúng tôi cung cấp dịch vụ chăm sóc chất lượng cho hơn 600,000 hội viên tại Oregon và Tây Nam Washington. Khu vực dịch vụ của chúng tôi trải dài từ Eugene, Oregon cho đến Longview, Washington và bao gồm các văn phòng y tế, phòng khám nha khoa, cửa hàng bán lẻ kính thuốc Vision Essentials của Kaiser Permanente, phòng khám chăm sóc khẩn cấp, bệnh viện và phòng khám Care Essentials. Chúng tôi cũng có mạng lưới các nhà cung cấp liên kết để cung cấp các dịch vụ chăm sóc định kỳ, khẩn cấp hay cấp cứu.



Nhận dịch vụ chăm sóc ngay

Chọn từ các tùy chọn thuận tiện, như dịch vụ thăm khám qua điện thoại và video 24/7 hoặc dịch vụ thăm khám trực tuyến, cũng như tìm dịch vụ chăm sóc mà quý vị cần, mọi lúc và mọi nơi quý vị cần.*

kp.org/getcare
(bằng tiếng Anh)



Thông tin về cơ sở là thông tin được cập nhật kể từ tháng 7 năm 2023.

Truy cập kp.org/locations (bằng tiếng Anh) để xem các địa điểm hiện tại của chúng tôi và tìm cơ sở gần quý vị nhất. Hoặc gọi cho bộ phận Dịch Vụ Hội Viên theo số 1-800-813-2000 (TTY 711).

*Khi phù hợp và có sẵn. Quý vị có thể sử dụng những tính năng này khi nhận dịch vụ chăm sóc tại các cơ sở thuộc Kaiser Permanente. Đối với những hội viên tham gia chương trình bảo hiểm sức khỏe có khoản tiền khấu trừ cao, thăm khám trực tuyến, các dịch vụ thăm khám qua điện thoại và thăm khám qua video sẽ được áp dụng theo khoản tiền khấu trừ hàng năm trong chương trình của quý vị. Nếu quý vị rời khỏi tiểu bang, các tính năng đặt lịch hẹn qua điện thoại và thăm khám qua video có thể không khả dụng do luật pháp của tiểu bang có thể không cho phép các bác sĩ cung cấp dịch vụ chăm sóc vượt qua các ranh giới của tiểu bang. Luật pháp khác nhau giữa các tiểu bang. Để được thăm khám qua video, hội viên phải đăng ký trên kp.org (bằng tiếng Anh) và có thiết bị di động hoặc máy tính có camera. Khoản chia sẻ chi phí phù hợp được áp dụng cho các dịch vụ hoặc vật dụng được đặt mua khi thăm khám trực tuyến.

Nơi tìm dịch vụ chăm sóc tại Oregon và Tây Nam Washington



Nha Khoa

Với dịch vụ chăm sóc và bảo hiểm y khoa và nha khoa được điều phối của Kaiser Permanente, việc nhận dịch vụ chăm sóc sức khỏe tổng thể của quý vị có thể đơn giản hơn. Các bác sĩ nha khoa có trình độ, địa điểm khám nha khoa thuận tiện và dịch vụ chất lượng của chúng tôi sẽ mang lại sự hài lòng cho quý vị. Tìm hiểu thêm tại kp.org/dental/nw (bằng tiếng Anh).



Nhà Thuốc

Hầu hết các văn phòng y tế của Kaiser Permanente đều có các dịch vụ nhà thuốc. Ngoài ra, quý vị cũng có tùy chọn sử dụng dịch vụ nhà thuốc đặt mua qua đường bưu điện để mua và mua thêm hầu hết các loại thuốc theo toa.



Vision Essentials của Kaiser Permanente

Các bác sĩ đo thị lực, bác sĩ nhãn khoa và chuyên gia nhãn khoa của chúng tôi phối hợp cùng nhau trong hệ thống cung cấp dịch vụ chăm sóc tích hợp và có thể kết nối với đội ngũ chuyên gia và dịch vụ y tế lớn hơn của chúng tôi.

Tìm hiểu thêm tại kp2020.org (bằng tiếng Anh).



Care Essentials của Kaiser Permanente

Care Essentials của Kaiser Permanente là các phòng khám chăm sóc thuận tiện cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe không khẩn cấp và phòng ngừa cho những người là hội viên cũng như không phải là hội viên của Kaiser Permanente.

- Điều trị các bệnh và chấn thương nhẹ
- Dịch vụ chăm sóc phòng ngừa, bao gồm kiểm tra sức khỏe, chủng ngừa, một số xét nghiệm chẩn đoán và xét nghiệm trong phòng thí nghiệm

Tìm hiểu thêm tại careessentials.org.



Nhà Cung Cấp Liên Kết

Các chương trình bảo hiểm sức khỏe của Kaiser Permanente cho phép sử dụng các nhà cung cấp liên kết để nhận các dịch vụ chăm sóc chính và chuyên khoa, trong đó có The Portland Clinic.*

*Không phải là nhà cung cấp trong mạng lưới dành cho hội viên tham gia chương trình Medicaid, hội viên nhận được đầy đủ dịch vụ Hỗ Trợ Tài Chính Cho Điều Trị Y Tế từ Kaiser Permanente hoặc thăm khám từ một khu vực khác của Kaiser Permanente.

Cộng đồng là trọng tâm ưu tiên của chúng tôi

Kaiser Permanente thực hiện sứ mệnh của mình bằng các sáng kiến giúp mọi người giải quyết các yếu tố lâm sàng, xã hội, kinh tế và môi trường ảnh hưởng đến sức khỏe của họ. Sứ mệnh này thu hút sự tham gia của toàn bộ các tổ chức và khu vực của chúng tôi: bác sĩ, nha sĩ, y tá, kỹ thuật viên, điều dưỡng viên, nhân viên và các đối tác cộng đồng của chúng tôi từ Longview, Washington cho đến Eugene, Oregon.

Năm 2022, Kaiser Permanente đã dành **hơn \$135 triệu** cho các sáng kiến giúp cải thiện sức khỏe tổng thể của các hội viên và cộng đồng mà chúng tôi phục vụ.*

\$3.3 triệu

được trao cho các tổ chức hỗ trợ các cộng đồng BIPOC, người nhập cư và tị nạn và LGBTQ2SIA+ thông qua các khoản trợ cấp phúc lợi xã hội-tình cảm

85,836

bệnh nhân Medicaid đã nhận được dịch vụ chăm sóc thông qua việc tham gia Oregon Health Plan và Washington State AppleHealth của Kaiser Permanente

4,436

người được tiếp cận dịch vụ qua Connect Oregon và Unite Washington để được đáp ứng các nhu cầu về sức khỏe xã hội

11,691

liều vắc-xin đã được tiêm nhờ vào quan hệ đối tác của chúng tôi với Medical Teams International (MTI)

16,434

giờ phục vụ cộng đồng của nhân viên Kaiser Permanente Northwest

\$135,789,073

được đầu tư vào các sáng kiến sức khỏe cộng đồng trên toàn khu vực Northwest

*Tóm Tắt về Sức Khỏe Cộng Đồng của Kaiser Permanente năm 2022: kp.org/communityreport/nw (bằng tiếng Anh)

Nondiscrimination Notice

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (Kaiser Health Plan) complies with applicable federal and state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. Kaiser Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. We also:

- Provide no cost aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats, such as large print, audio, and accessible electronic formats
- Provide no cost language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, call Member Services at **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

If you believe that Kaiser Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation, you can file a grievance with our Civil Rights Coordinator, by mail, phone, or fax. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you. You may contact our Civil Rights Coordinator at: Member Relations Department, Attention: Kaiser Civil Rights Coordinator, 500 NE Multnomah St. Ste 100, Portland, OR 97232-2099, Phone: **1-800-813-2000** (TTY: **711**), Fax: **1-855-347-7239**.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, Phone: 1-800-368-1019, TDD: 1-800-537-7697. Complaint forms are available at www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

For Washington Members

You can also file a complaint with the Washington State Office of the Insurance Commissioner, electronically through the Office of the Insurance Commissioner Complaint portal, available at <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status>, or by phone at 1-800-562-6900, or 360-586-0241 (TDD). Complaint forms are available at <https://fortress.wa.gov/oic/onlineServices/cc/pub/complaintinformation.aspx>.

Help in Your Language

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

አማርኛ (Amharic) ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል፡ ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

العربية (Arabic) ملحوظة: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

中文 (Chinese) 注意: 如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電**1-800-813-2000 (TTY: 711)**。

فارسی (Farsi) توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با **1-800-813-2000 (TTY: 711)** تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

日本語 (Japanese) 注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。**1-800-813-2000 (TTY: 711)** まで、お電話にてご連絡ください。

ខ្មែរ (Khmer) ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយ ភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសា ដោយមិនគិតថ្លៃ គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ **1-800-813-2000 (TTY: 711)**។

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-813-2000 (TTY: 711)** 번으로 전화해 주십시오.

ລາວ (Laotian) ໂປດຄຳບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Afaan Oromoo (Oromo) XIYYEEFFANNAA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤਾਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। **1-800-813-2000 (TTY: 711)** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Română (Romanian) ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Español (Spanish) ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Tagalog (Tagalog) PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

ไทย (Thai) เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Українська (Ukrainian) УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Tiếng Việt (Vietnamese) CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-800-813-2000 (TTY: 711)**.

Hãy để chúng tôi giúp quý vị tìm cơ sở chăm sóc sức khỏe phù hợp

Một chương trình bảo hiểm sức khỏe tốt và khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc chất lượng là điều rất quan trọng để quý vị an tâm. Với Kaiser Permanente, quý vị có thể có được cả hai điều này.

Quý vị muốn tìm hiểu thêm?

Hãy trao đổi với chuyên viên ghi danh ngay hôm nay về dịch vụ chăm sóc chuyên khoa, các tính năng bổ sung và những thông tin khác. Gọi số **1-800-514-0985 (TTY 711)**, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 7 giờ sáng đến 6 giờ chiều, giờ Thái Bình Dương.

Dịch Vụ Hội Viên

1-800-813-2000 (tiếng Anh)

1-800-324-8010 (dịch vụ thông dịch ngôn ngữ)
711 (TTY)

Thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 6 giờ chiều.

Trung Tâm Chào Mừng Hội Viên Mới

1-888-491-1124

Thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều

Dịch Vụ Nhà Thuốc Cho Hội Viên Mới

1-888-572-7231

Thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 6 giờ chiều.



Tìm cơ sở gần quý vị:
kp.org/locations (bằng tiếng Anh)

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest
500 NE Multnomah St., Suite 100
Portland, OR 97232

Để biết thêm thông tin về các quyền lợi của Kaiser Permanente, khả năng cung cấp và các hạn chế, quý vị vui lòng truy cập **kp.org/disclosures** (bằng tiếng Anh).

kp.org/newmember (bằng tiếng Anh)

 **KAISER PERMANENTE®**