

2023 - 2024年入保指南
Lane縣

關心您的 整體健康

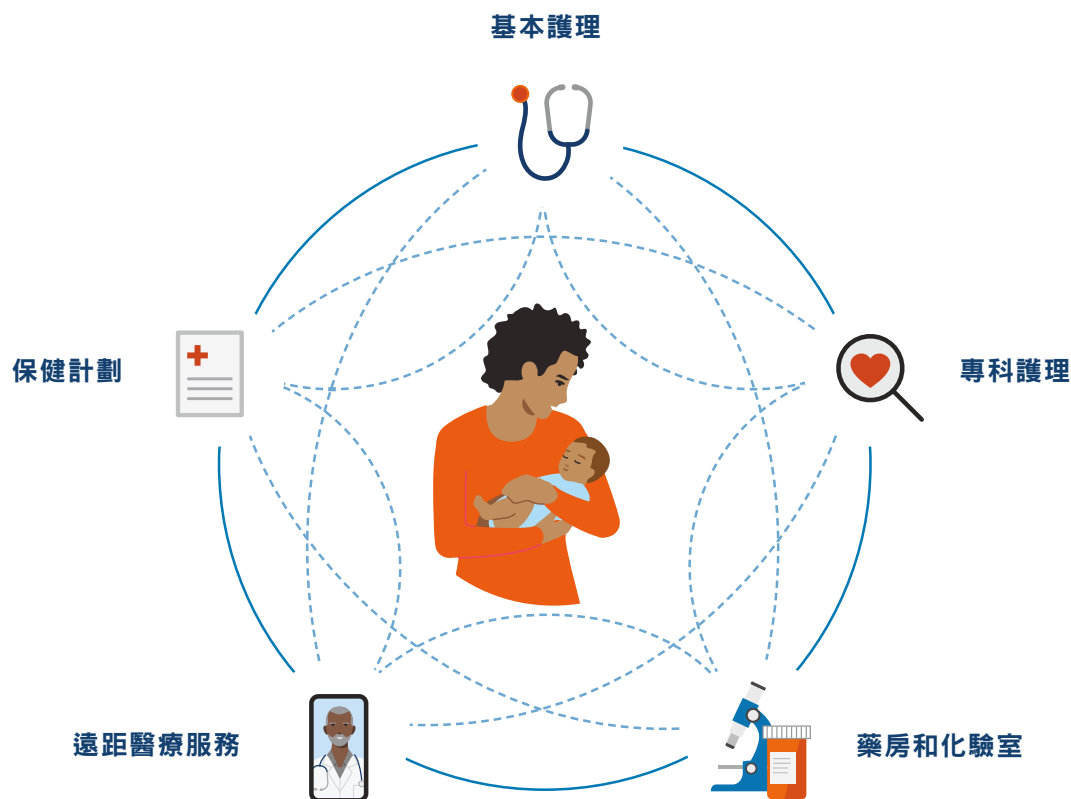


228748269_OE_01-24

kp.org/lane (英文)

 KAISER PERMANENTE®

所有計劃均由Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest提供和承銷。
500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232。



旨在讓您的生活更加輕鬆

綜合護理和保險意味著您的Kaiser Permanente醫生、醫院和保健計劃福利都是相互關聯的，並致力於為您提供量身定制的卓越護理。

更容易獲取頂級專科醫生和最新的治療。

費用可預見，文書工作更少。

這是在您需要時提供的合適醫護服務。



瞭解我們如何幫助您保持健康並繼續做您喜歡的事情。
kp.org/allthatisyoudot (英文)

使用最讓您感到安心自在的服務

無論您的目標是什麼，我們都能幫助您追求健康人生。借助連線式看護人、更多獲得醫護服務的方式以及為您整體健康所提供的支援，您將可更加輕鬆快速地取得Kaiser Permanente的醫護服務。歡迎使用有助於符合您生活方式的醫護服務。

進一步瞭解：

以您為中心的醫護服務	4
便捷的醫護服務	5
從頭開始享有優質體驗	6
新會員醫護服務轉換	7
充分利用您的會員資格	8
節省保健服務和產品的費用	9
高品質視力保險	10
Kaiser Permanente聽力保險	11
應至何處取得醫護服務	12

需要諮詢？我們可提供協助。

Kaiser Permanente入保專員可為您解答疑問，例如該到哪裡接受醫護服務，或是有哪些選項包含在內。請致電**1-800-514-0985**（聽障及語障電話專線**711**），服務時間為週一至週五，太平洋時間上午7:00至晚上6:00。



以您為中心的醫護服務

為想獲得全面便捷醫護服務的您而設計

身為Kaiser Permanente會員，您可以選擇接受醫護服務的地點，Kaiser Permanente的Eugene Chase Gardens診所以及位於Lane縣各地數百位社區附屬保健業者專供您使用。

Kaiser Permanente Eugene Chase Gardens診所

Chase Gardens是新一代的診所，集結了基本護理、行為健康護理、化驗與造影服務、藥房需求等各項服務。

附屬網絡保健業者

我們在Lane縣擁有規模龐大的附屬保健業者和設施團體，可隨時隨地為您提供更多符合您需求的醫護和服務選擇。我們因與當地許多保健業者合作而感到自豪，其中包括：

基本和例行護理

- PeaceHealth (合約保健業者)*
- Orchid Health

兒科 (未滿5歲)

- PeaceHealth (合約保健業者)*
- Eugene Pediatric Associates

緊急醫護

- PeaceHealth
- BestMed Urgent Care

急診護理醫院

如有醫療或精神健康方面的緊急情況，請致電911或前往最近的醫院。

專科醫生

- Slocum Center for Orthopedics & Sports Medicine
- Northwest Surgical Specialists
- Pacific Women's Center
- Women's Care
- The NeuroSpine Group
- Willamette Valley Cancer Institute
- Vista Counseling & Wellness Center
- Center for Family Development
- Options Counseling and Family Services
- 還有其他更多專科醫生

請瀏覽kp.org/locations (英文)，以查看我們目前設施地點的完整清單並找到離您最近的設施。或請致電1-800-813-2000 (聽障及語障電話專線711) 與會員服務部聯絡。

*我們僅在Santa Clara、RiverBend Pavilion、Cottage Grove及Florence等地點與PeaceHealth合作。並非這些基本護理地點的所有保健業者都隸屬於我們網絡。請瀏覽kp.org/doctors (英文) 確認網絡簽約情況。有些專科護理服務需透過轉介和事前授權取得。

便捷的醫護服務

為日程繁忙的您而設計

請瀏覽kp.org (英文) 或使用我們的應用程式安排當天或隔日現場例行約診，或通過電話或視訊與臨床醫生每週7天每天24小時進行交談。¹ 無論您如何聯繫，您都會與醫療專業人員交談，他們可以查看您的健康史，並從您上次結束的地方繼續。

一站式多項服務

我們的許多設施都在同一棟樓裡有藥房和化驗室，所以您可以一站式看醫生、進行檢測和領取處方藥。

指尖上的醫護服務

- 獲取每週7天每天24小時虛擬醫護服務
- 傳送電子郵件給您的醫護團隊
- 查看大多數化驗結果和醫生記錄
- 續配大多數處方藥
- 報到就診
- 支付帳單和查看對帳單



瞭解Kaiser Permanente應用程式²如何讓您掌控一切。
kp.org/mobile (英文)



旅行中的保險



如果您打算旅行，我們可以幫助您管理疫苗接種、續配處方藥等。一旦您踏上旅途，您在全球各地所接受的緊急醫護和急診護理均可獲得承保。請瀏覽kp.org/travel (英文) 以瞭解更多詳細資訊。

¹若情況適當且有提供此服務。如果您到外州旅行，由於州法律可能禁止醫生跨州提供醫護服務，因此可能無法進行電話問診和視訊看診。法律因州而異。²如欲使用Kaiser Permanente應用程式，您必須是在kp.org (英文) 網站註冊的Kaiser Permanente會員。這些功能是當您在Kaiser Permanente設施接受醫護服務時才適用。

從頭開始享有優質體驗

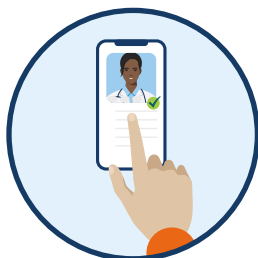
為剛加入計劃的您而設計

轉換計劃看似需要很多手續，但在Kaiser Permanente，我們會協助指引新會員完成各項手續流程。因此，您可無縫接軌立即取得您所需的醫護服務。



遵循下述簡單步驟開始使用服務。

kp.org/newmember (英文)



步驟1：選擇醫生

瞭解我們的Eugene Chase Gardens團隊，以在您入保前可以更有自信地選擇您的醫生。請瀏覽kp.org/lane/care-team (英文) 以查看我們的線上醫生個人檔案。



步驟2：在線上使用醫護服務

在您的保險開始生效之後，請在kp.org (英文) 建立帳戶或下載Kaiser Permanente應用程式。* 您便可隨時隨地根據自己的時間管理健康事宜。

針對由PeaceHealth保健業者所協調的醫護服務，請在my.peacehealth.org網站登入您的My PeaceHealth帳戶，以檢視檢查結果並向您的保健業者發送電子郵件。



步驟3：領取處方藥

請將您的處方資訊準備好，我們將協助您處理剩下的事宜。按照步驟在線上轉處方，或致電**1-888-491-1124** (聽障及語障電話專線**711**) 與新會員歡迎服務台聯絡，服務時間為週一至週五，上午8:00至下午5:00。

健康護理其實可以很簡單

如果您不清楚健康維護組織 (HMO) 與健康儲蓄帳戶 (HSA) 的區別，您並不孤單。請放心，我們會協助您更輕鬆地瞭解健康護理事宜。請瀏覽kp.org/learnthebasics (英文) 以取得協助瞭解基本資訊。



*如欲使用Kaiser Permanente應用程式，您必須是在kp.org (英文) 網站註冊的Kaiser Permanente會員。這些功能是當您在Kaiser Permanente設施接受醫護服務時才適用。

新會員醫護服務轉換

為需要一點幫助的您而設計

我們的目標是要協助確認您特有的需求並為您介紹醫生、專科醫生及處方藥，以協助您有效管理醫護服務的轉換。

新會員歡迎服務台可協助處理的醫療需求類型包括：

	常見需求	• 選擇醫生。 • 安排例行約診。 • 轉處方。 kp.org (英文) 也有提供每週7天、每天24小時均可使用的自助式服務。
	父母與兒童需求	• 選擇兒科醫生或家庭醫學科醫生。 • 介紹婦產科醫生。 • 轉送記錄和病史。 • 轉處方。 • 安排疫苗接種和兒童保健就診。
	專科護理需求	• 介紹專科醫生，如腫瘤科醫生、骨科醫生及耳鼻喉科醫生。 • 介紹精神健康專業人員。 • 確認對耐用醫療器材的需求。
	複雜醫療需求	• 介紹各種疾病（例如癌症、腎臟病、術前／術後及移植）所需的專科護理。 • 介紹可領取專科處方藥和進行靜脈注射的藥房。

請瀏覽kp.org/newmember (英文) 自行開始，或致電
1-888-491-1124 (聽障及語障電話專線**711**) 聯絡新會員歡迎服務台。服務時間為週一至週五，上午8:00至下午5:00。



充分利用您的會員資格

為正在探索各種選項的您而設計

良好的健康不能只仰賴醫生診所的服務。瞭解會員所享有的一些便利選項，以追求健康人生。¹ 這些資源許多都不需要額外付費。



選擇您的Kaiser Permanente基本保健醫生

我們瞭解，找到一名適合您的醫生至關重要。身為您當地醫護團隊的一份子，我們致力讓醫護服務變得更便利且更加有彈性。請瀏覽kp.org/lane/care-team (英文) 以查看線上醫生個人檔案並隨時選擇或更換醫生。



透過ClassPass提供的隨選運動課程和現場運動課程²

從數以千計的隨選運動影片中挑選，並享有直播和現場課程的優惠費率。請瀏覽kp.org/classpass (英文) 以瞭解詳情。



健康生活方式計劃

透過線上計劃管理健康，協助您減重、戒煙、減壓，還有更多服務。請瀏覽kp.org/healthylifestyles (英文) 以瞭解詳情。



保健輔導

透過電話與保健輔導員一對一合作以取得協助達成健康目標。請瀏覽kp.org/wellnesscoach (英文) 以瞭解詳情。

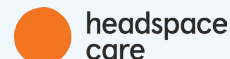
可協助您改善整體健康的更多方式^{3,4}



利用冥想和正念來協助培養心理韌性、緩解壓力並改善睡眠。



設定精神健康目標、追蹤進度並取得支援管理抑鬱症、焦慮症等疾病。



這種按需求提供的預防性精神健康服務可隨時隨地為您提供支援。

請瀏覽kp.org/selfcareapps (英文) 以瞭解詳情。

¹這些服務不屬於您保健計劃福利的承保範圍，也不受《承保範圍說明書》(Evidence of Coverage) 或其他計劃文件中所規定的條款約束。這些服務可能會隨時中止，恕不另行通知。²ClassPass不提供給僅入保Kaiser Permanente牙科計劃的會員使用。

³Calm和myStrength可供年滿13歲及13歲以上的會員使用。Headspace Care應用程式和服務不提供給未滿18歲的會員使用。

⁴Calm、my Strength及Headspace Care不提供給僅入保Kaiser Permanente牙科計劃的會員使用。

節省保健服務和產品的費用

為想節省費用的您而設計

在Kaiser Permanente，您可享受線上工具、課程、計劃及活動的折扣，這些資源可協助您保持心情愉悅和身體健康。請瀏覽kp.org/memberdiscounts（英文）以瞭解詳情。

CHP Active and Healthy

該計劃可以幫助您和您的家人節省您在最喜歡的健康、娛樂和減壓活動方面所花費的金錢。

請瀏覽chpactiveandhealthy.com（英文），瞭解以下選項及更多內容。

戶外和冒險

節省攀岩健身房、戶外學校、有人帶領的垂釣航行、雪橇租賃以及其他戶外活動的費用。

藝術和文化

獲得折扣讓您探索當地博物館、花園、美術館和表演藝術中心。您還可以節省音樂課程費用以及獲得打折的電影票。

運動

從新兵訓練營、武術課程、以及健康和健身俱樂部到水上運動中心、舞蹈工作室以及個人訓練課程，您可以節省大量與運動相關的會員資格和服務費用。

健康飲食

您會發現烹飪課程、營養補充劑、體重管理服務、園藝用品等方面的優惠。

替代護理和脊柱神經治療

獲得隸屬於CHP Group網絡的保健業者所提供的自然療法醫學、脊柱神經護理、按摩和其他替代療法的折扣。請瀏覽chpgroup.com（英文），以瞭解詳情並選擇您的保健業者。

ChooseHealthy®

透過ChooseHealthy計劃，您可以繼續邁向健康大道。ChooseHealthy是提供健康資訊、健康和健身工具以及健康產品折扣的線上資源。本計劃是免費為您提供。請瀏覽kp.org/choosehealthy（英文）以瞭解詳情。

- 透過適合您口味、健身程度和體重目標的飲食計劃來規劃每個月的膳食。
- 根據您的健身目標取得個人化有氧運動和肌力訓練計劃。
- 在從華盛頓州Longview到俄勒岡州Eugene的100多家健身俱樂部、瑜伽工作室和運動中心享受會員折扣和入會費折扣等省錢優惠。

這些產品和服務是由Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW) 以外的機構提供。某些KFHPNW福利計劃有承保這些折扣服務當中的某些服務。請參閱《承保範圍說明書》以瞭解詳情。KFHPNW對這些折扣產品和服務概不負責。如發生問題，您可致電1-800-813-2000（聽障及語障電話專線711）與會員服務部聯絡，以利用我們的申訴程序。

高品質視力保險

為注重視力健康的您而設計

健康的視力不只是靠眼鏡和隱形眼鏡而已。我們的驗光配鏡師和眼科醫生會提供包括例行眼睛檢查以及處方眼鏡和隱形眼鏡在內的綜合眼睛護理，以協助您保持視力清晰和眼睛健康。

如何取得醫護服務

例行眼睛護理和處方隱形眼鏡

Lane縣的會員可在數家社區附屬保健業者處接受例行眼睛檢查並訂購處方隱形眼鏡，包括Eugene Eye Care Associates、Oregon Eye Consultants、Pacific ClearVision Institute等等。

郵購隱形眼鏡

您也可透過Vision Essentials by Kaiser Permanente訂購隱形眼鏡。請致電**1-800-813-2000**（選項3）與我們聯絡以訂購處方隱形眼鏡。

處方眼鏡

針對處方眼鏡和太陽眼鏡，Lane縣的會員可前往Focal Point、Pacific ClearVision Institute等保健業者處。

請瀏覽kp.org/lane（英文）以進一步瞭解有關我們醫護服務合作夥伴的資訊。



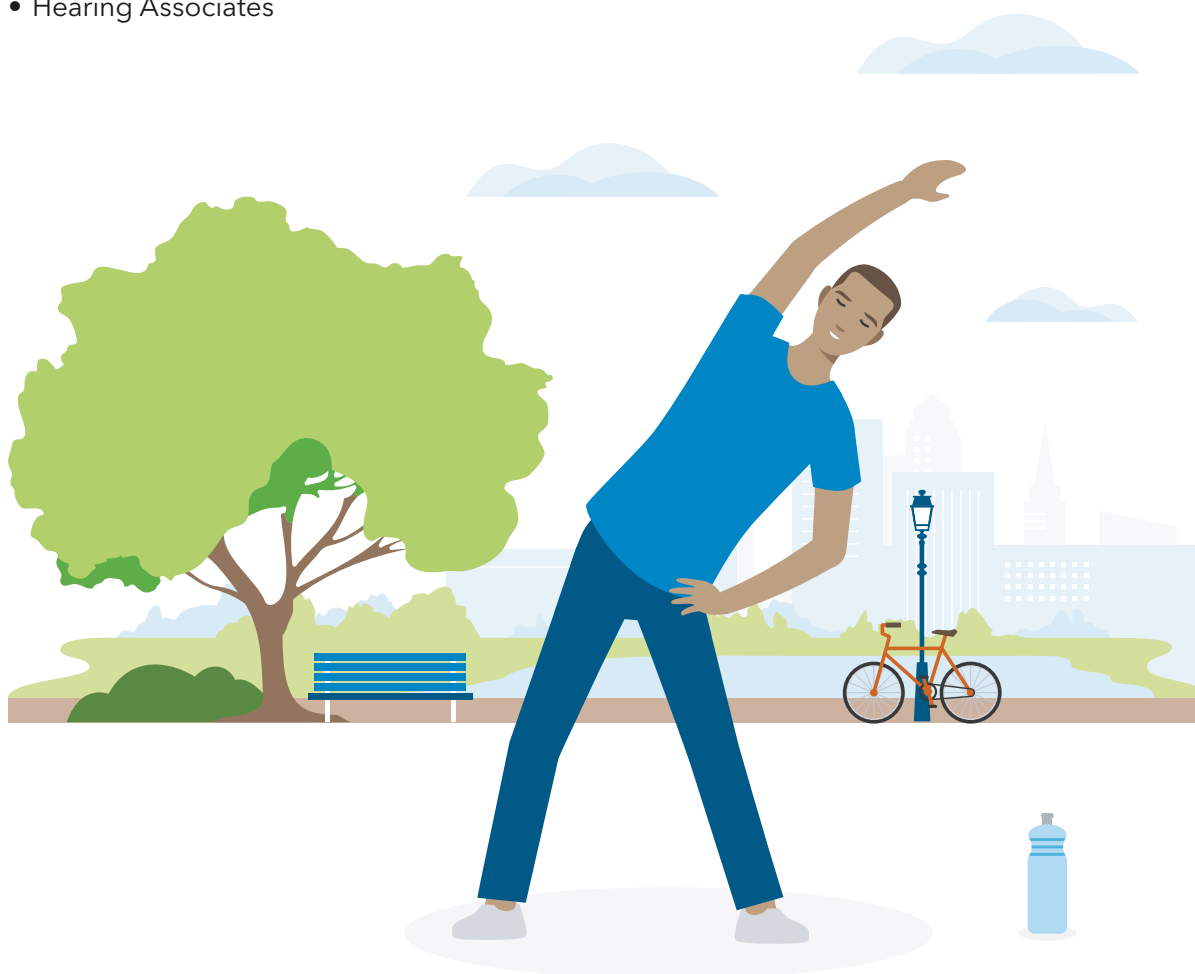
Kaiser Permanente 聽力保險

擁有良好的聽力讓您可以更盡情地揮灑人生，您將會更有自信、更有安全感，且更能夠與世界接軌。有數百萬計的美國人患有不同程度的聽力損失。但相較於過去，現在聽力損失並不意味著您的生活品質一定會受到影響。聽覺專家將會協助您選擇最符合您需求的助聽器。

如何取得醫護服務

Lane縣的會員不需經由轉介即可在下列社區附屬保健業者處接受聽力評估，包括：

- PeaceHealth Ear, Nose, & Throat
- Oregon Ear, Nose & Throat
- Hearing Associates

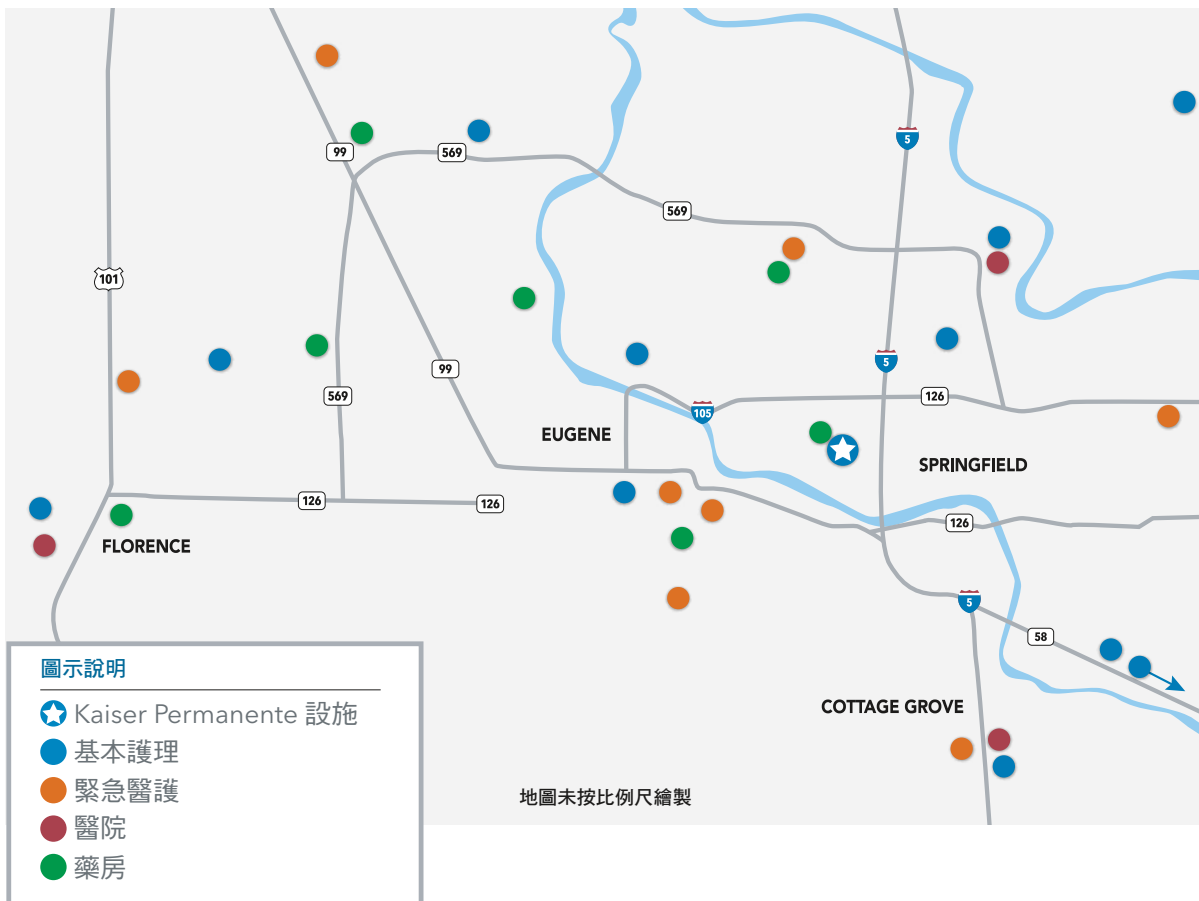


在Lane縣應至何處取得醫護服務

身為Lane縣的會員，除了Kaiser Permanente Chase Gardens診所之外，您還可使用Eugene-Springfield地區包含超過700名附屬保健業者的網絡來取得例行醫護服務、緊急醫護或急診護理。我們因與許多當地的保健業者合作而感到自豪，包括PeaceHealth Specialty Care、* Pacific Women's Center、Pacific ClearVision Institute、Eugene Foot & Ankle、Oregon Surgical Wellness、Willamette Valley Cancer Institute、Eugene Pediatric Associates等等。視您的福利計劃而定，您在使用某些專科服務時可能需要經由轉介或獲得事前授權。

請瀏覽kp.org/locations (英文)，以查看目前所有設施的地點，並找到距離您最近的設施。或請致電**1-800-813-2000** (聽障及語障電話專線**711**) 與會員服務部聯絡。

截至2023年12月為止的最新設施資訊。



Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest的Eugene-Springfield服務區適用於Medicare、大型雇主團體、小型雇主團體以及個人和家庭。如欲符合保險資格，個人必須在獲得認可且具體適用於Medicare、大型雇主團體、小型雇主團體以及個人和家庭計劃的其中一個郵遞區號內居住或工作，或者必須入保區域外計劃。

*我們僅在Santa Clara、RiverBend Pavilion、Cottage Grove及Florence等地點與PeaceHealth合作。並非這些基本護理地點的所有保健業者都隸屬於我們網絡。請瀏覽kp.org/doctors (英文) 確認網絡簽約情況。

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/online-services/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 គឺអាចមានសំរាប់បំរើអ្នក។ 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)**.

備註

[illegible]

讓我們協助您追求健康人生

參加適合的保健計劃和獲得優質的醫護服務是讓您高枕無憂的關鍵。
入保Kaiser Permanente讓您兩者兼得。

想要瞭解詳情？

今天立即向入保專員諮詢有關專科護理、額外福利等資訊。請致電**1-800-514-0985**（聽障及語障電話專線**711**），服務時間為週一至週五，太平洋時間（PT）上午7:00至晚上6:00。

會員服務部

1-800-813-2000（英語）
1-800-324-8010（語言口譯服務）
711（聽障及語障電話專線）
週一至週五，上午8:00至晚上6:00

新會員歡迎服務台

1-888-491-1124
週一至週五，上午8:00至下午5:00

新會員藥房服務

1-888-572-7231
週一至週五，上午8:00至晚上6:00



找到位於您附近的設施：kp.org/locations（英文）

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

如需有關Kaiser Permanente福利、提供狀態及限制的進一步資訊，請瀏覽kp.org/disclosures（英文）。

kp.org/lane（英文）

 KAISER PERMANENTE®