

會員 入門指南



CCHP
華人保健計劃

您的醫療保險指南

歡迎您加入華人保健計劃 (CCHP)，我們歡迎您成為我們的會員。無論您是新加入或續約，本指南可幫助您充分運用CCHP的保障。內容包括：

- | | |
|------------------|----|
| A) 我們樂意為您效勞 | 2 |
| B) 開始您的第一步 | 3 |
| C) 保持健康 | 4 |
| D) 在適當的時候獲取適當的護理 | 5 |
| E) 查看重要資訊 | 底頁 |

再一次歡迎您，CCHP樂意隨時為您效勞。

CCHP會員服務中心謹啟



我們樂意為您效勞

我們擁有卓越的會員服務，同時亦致力為您帶來更快捷方便的服務。當有需要時，您可致電、電郵、或親臨我們會員服務中心。我們的會員服務中心歡迎您的到訪！

會員服務中心

電話：

1-888-775-7888 (免費電話)

1-877-681-8898 (聽力殘障人士)

星期一至星期五，上午8時至晚上8時

電郵：

MemberServices@CCHPHealthPlan.com

或親臨

三藩市

890 Jackson Street

San Francisco, CA 94133

星期一至星期五，上午9時至下午5時

星期六及星期日休息

帝利市

386 Gellert Boulevard

Daly City, CA 94015

星期一至星期五，上午9時至下午5時

星期六及星期日休息

語言協助

如果您需要使用其他語言，請致電1-415-834-2118。

主診醫生 (PCP)

當有醫療需要或醫療疑問時，您應首先聯絡您的主診醫生。主診醫生不但帶領您的護理團隊，還管理您的健康及病歷。

預約首次應診

無論您是主診醫生的新病人或現有病人，您都應該儘早進行免費年度健康檢查。因為當您日後有醫療需要時，主診醫生可依這基準去診斷您的狀況。

如何更換主診醫生

加入CCHP後，您需要選擇一位主診醫生。如果您沒有作出選擇，我們為會您挑選一位主診醫生。此外，您可以隨時要求更換主診醫生。如有需要，請聯絡會員服務中心。我們樂意為您服務。

醫療提供者網絡

請到以下網址查閱醫療提供者的選擇：<https://cchphealthplan.com/provider-search/>

開始您的第一步

我們致力為您提供簡便易用的服務，讓您靈活快捷地獲取您的個人健康資訊，其中一項服務是CCHP會員醫護資料網站。內容包括：

如有疑問，

請與會員服務中心聯絡，我們樂意協助您：

電話：

1-888-775-7888
(免費電話)

1-877-681-8898
(聽力殘障人士)

星期一至星期五，
上午8時至晚上8時

電郵：

MemberServices@
CCHPHealthPlan.com

- 福利、保障及索償資料
 - ▼ 查看扣除額及自付費之結餘
 - ▼ 下載或列印保障內容之概要
 - ▼ 查閱現在及過去的索償紀錄
 - ▼ 賬單、付款及索償資料
 - ▼ 設置自動轉賬
 - ▼ 發送訊息或疑問至會員服務中心
- 補領會員卡及獲取電子會員卡
- 個人預防保健建議及提醒
 - ▼ 查看年度檢查日期
- 尋找CCHP醫療提供者
 - ▼ 按名字、專科類別或設施名稱來搜索
 - ▼ 尋找投保加州 (Covered California)、個人及家庭/團體，或聯邦保健優惠計劃 (Medicare Advantage Plan) 的醫療提供者
 - ▼ 您也可以通過以下網址搜尋醫療提供者
<https://cchphealthplan.com/provider-search/>

建立新用戶帳號手續簡便，您的資料將受到保密

(請準備您的會員卡或會員號碼)

CCHP會員醫護資料網站

1. 前往 cchphealthplan.com
 - 在右上角，按「會員登入」
 - 按「新用戶登記」
2. 依照指示完成新用戶登記



保持健康

CCHP的任務是協助您及您的家人達到最佳健康狀態，所以我們免費為您提供預防檢查、健康講座、健身課程及社區健康季刊等。

- ▼ 免費年度健康檢查
- ▼ 針灸服務
- ▼ 健身課程，如瑜伽、氣功及太極等
- ▼ 健康講座，如婦產及育嬰講座、健康飲食講座等
- ▼ 健康計劃，如慢性疾病管理、糖尿病管理及戒煙計劃等
- ▼ 社區健康季刊



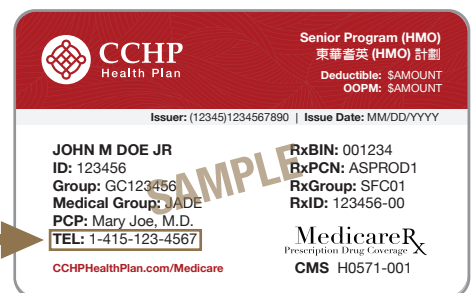
在適當的時候獲取適當的護理

本指南可助您了解您所需醫療服務、如何獲得該服務及如何充分運用CCHP的保障。



1 您的主診醫生 (PCP) - 首先致電您的主診醫生

您的醫生是最清楚您的人。當有醫療需要時，您應該首先致電他。您的主診醫生的電話已經列印在會員卡正面。





24小時護士諮詢專線 – 1-888-243-8310，隨時為您提供協助

在非營業時間或聯絡不上主診醫生時，24小時護士諮詢專線的專業護士可以為您提供非緊急諮詢。他們會協助您判斷是否適合在家中進行自我護理、看醫生或去急診護理中心。護士諮詢專線會一直為您提供支援，直至您找到醫生為止。

24小時護士諮詢專線的號碼已列印在會員卡背面。



急診護理中心（Urgent Care, UC）– 與診所相似，但營業時間更長

如沒有威脅生命的緊急情況下，您可考慮前往不需要預約的急診護理中心。相比急症室，急診護理中心通常更省時省錢。

一般使用急診護理中心的原因：

- ▼ 發燒、流感或傷風
- ▼ 動物或昆蟲咬傷
- ▼ 輕微扭傷及骨折
- ▼ 耳部感染
- ▼ 季節性過敏
- ▼ 輕微背痛或胃痛
- ▼ 需要縫線的割傷傷口



急症室（Emergency Room, ER）– 時間是救命的關鍵

如果懷疑是心臟病發、呼吸困難或威脅生命的緊急情況，您應立即前往急症室或撥打 9-1-1。

一般使用急症室的原因：

- ▼ 嚴重胸痛或胃痛
- ▼ 不省人事
- ▼ 吐血或糞便帶咖啡渣狀物
- ▼ 發高燒或出紅疹，特別是兒童
- ▼ 呼吸困難
- ▼ 多次嘔吐或中毒
- ▼ 四肢麻痺
- ▼ 過敏反應
- ▼ 劇烈頭痛或眼睛受傷

注意：為了讓您獲得適當的醫療服務及避免額外收費，如果您打算前往服務範圍以外的地方旅遊，請預先查閱保障說明書（Evidence of Coverage）內的承保範圍。



查看重要資訊

CCHP遵守州政府及聯邦政府的所有規定。我們將以下資料合併成一本手冊：會員重要資訊。

- CCHP會員的權利及責任
- CCHP會員投訴及上訴程序
- 歧視屬違法行為
- 語言援助服務

手冊的複印本已隨此郵件附上。

華人保健計劃（CCHP）是一個與聯邦保健簽有合約的聯邦保健優惠 HMO 計劃（Medicare Advantage HMO plan）及我們東華智選（HMO D-SNP）與加州醫療補助計劃（Medicaid）簽有合約。能否接收會員取決於這合約是否獲得續約。CCHP 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。