Health Net of California, Inc. (Health Net)

ambetter. FROM | health net

跨出健康的第一步

AMBETTER HSP – 2022 年快速開始指南

個人與家庭計畫

myhealthnetca.com

歡迎您！

無論您是新加入 Health Net 這個大家庭、新投保這類型的健康承保，或者是續約會員，都要充分利用健保計畫為您提供的所有福利。

如需與您的計畫有關的特定資訊，請參閱本歡迎資料袋內含的計畫合約和承保範圍證明。

開始使用您的健康承保

1. **尋找您網絡內的醫師和機構**
2. **上網設定您的會員帳戶**
3. **取得您的會員卡**
4. **瞭解該去哪裡取得照護**
5. **領取您的處方藥**
6. **使用我們的保健方案幫助您身強體健**
7. **支付您的月保費**
8. **知道該聯絡誰**

1 尋找您網絡內的醫師和機構

您需要取得照護時，您的 Ambetter HSP 計畫使用的是 ***PureCare HSP 個人與家庭計畫網絡****的醫療服務提供者，其中包括醫師、專科醫師和醫院。*

您向網絡外醫療服務提供者取得的任何服務都不屬於承保範圍 (但急診或緊急醫療和 Health Net 核准的服務不在此限)。

如欲尋找醫療服務提供者，請前往 www.myhealthnetca.com 並點選 *Find a doctor (尋找醫師)*。

您的主要醫師 (也稱為主治醫師)

每個會員都會有一個醫師擔任其主治醫師 (Primary Care Physician, PCP)，也稱為主要醫師。您的主治醫師 (PCP) 幫助您保持健康，並在您生病時為您提供照護。如果您需要去看專科醫師，您的主治醫師 (PCP) 可以給您指引，但您不需要主治醫師 (PCP) 轉介就能去看專科醫師。

您投保時可能已經選定醫師團體和主治醫師 (PCP)。如果您沒有挑選，我們會從 PureCare HSP 網絡指派一位給您。您的主治醫師 (PCP) 姓名列於您的 Health Net 會員卡上。如果您想變更主治醫師 (PCP)，請上網 myhealthnetca.com 登入您的會員帳戶 (請參閱第 2 頁)，然後前往 *Select/Change PCP (選擇 / 變更主治醫師)*。

別忘了要從 PureCare HSP 個人與家庭計畫網絡選擇專科醫師。

2 上網設定您的會員帳戶

這個網站用來幫助您瞭解和管理您的 Ambetter from Health Net 計畫。

如欲設定您的帳戶，請前往 **www.myhealthnetca.com** 並按照指示註冊 / 建立帳戶。您必須提供您的會員卡號碼或社會安全號碼才能註冊。您的帳戶設定完成且健康承保開始後，您就可以：

- 列印臨時會員卡或索取新卡。
- 支付您的帳單費用。
- 尋找您網絡中的醫師、緊急醫療地點或醫院。
- 更換您的主要醫師 / 主治醫師 (PCP)。
- 檢閱您的健保計畫和藥房福利。
- 尋找方案幫助您管理體重或戒菸。
- 還有更多其他服務。

3 取得您的會員卡

所有新會員都會收到郵寄的 Health Net 會員卡。

您的會員卡包括下列資訊：

- **您的會員卡號碼。**
- **您健康承保的開始日期。**
- **您的主治醫師 (PCP) 姓名和聯絡資訊。**

向醫療服務提供者取得服務時請出示這張卡片。如果您生效日期時仍未收到會員卡而您需要使用服務，請致電客戶聯絡中心：

- **請致電 888-926-4988 (聽障專線 (TTY)：711)：如果您透過 Covered California™ 投保請撥這支電話。**
- **請致電 800-839-2172 (聽障專線 (TTY)：711)：如果您直接投保 Health Net 請撥這支電話。**

4 瞭解該去哪裡取得照護

您的計畫提供各種方式，方便您在需要時取得所需的照護。

在醫師診所

您的主要醫師

去看您的主要醫師 (也稱為您的主治醫師，簡稱 PCP)，取得例行照護和預防保健服務，其中包括年度保健檢查、疾病照護、疫苗接種和一般醫療保健。

您主要醫師的姓名和電話號碼列於您的 Health Net 會員卡上。

其他網絡內醫療服務提供者

向您網絡內的其他醫師、專科醫師或醫療服務提供者 (如緊急醫療或醫院) 取得照護。不需要取得您主要醫師的轉介信。[1]

如欲尋找 PureCare HSP 網絡中的醫療服務提供者，請前往 myhealthnetca.com 並點選 *Find a Doctor (尋找醫師)*。

MHN 網絡醫療服務提供者

取得精神健康服務，例如：

- 諮詢
- 心理治療
- 成癮治療
- 精神科服務

您不需要取得主要醫師的轉介信。而且，您可以詢問看看是否可以透過電話或視訊聊天的方式接受治療。**如欲尋找治療師或精神科醫師，請上網 www.mhn.com/members.html 或撥打您 Health Net 會員卡所列的精神健康福利電話。**

在家

通話醫療

確認您的 PureCare HSP 醫師是否提供通話醫療服務。透過您的醫師提供通話醫療服務時，應支付的共付額與面對面提供該服務時相同。

您也可以使用 Babylon 應用程式，透過電話或網路視訊向通話醫療醫師或治療師諮詢。適合在您無法去看主要醫師或其診所休診時使用。[2]

在 Apple App Store 或 Google Play 下載 Babylon 應用程式。使用會員代碼：HNCOM

每週 7 天，每天 24 小時護士諮詢專線

向註冊護士諮詢是否該尋求醫療保健或如何在家做疾病和傷害照護，例如輕傷和生病 (發燒和流感等) 的自我照護。[2]

請致電 800-893-5597 (聽障專線 (TTY)：711)

在診所

不需預約的零售診所

您因常見疾病而需要照護時，可以到不需預約的零售診所，例如 MinuteClinics (設於特定 CVS Pharmacy 商店中)。[2]

請上網 www.cvs.com/minuteclinic 搜尋您附近的地點。

緊急醫療中心

當天取得非急診疾病或傷害的照護。[2] 有些緊急醫療中心現在也可提供 **X 光檢查和化驗。**

如欲尋找您 PureCare HSP 網絡中的緊急醫療中心，請前往 myhealthnetca.com 並點選 *Find a Doctor (尋找醫師)*。

您屬於 **PureCare HSP 個人與家庭計畫**網絡。

[1]沒有網絡外服務承保，但急診照護、緊急醫療和 Health Net 核准的服務不在此限。
[2]如遇緊急狀況，直接前往最近的急診室或撥打 911。

瞭解您的福利和費用

您一定要知道計畫的承保範圍。除了每月帳單 (也稱為「保費」)，您還需要在使用承保服務時支付一部分的費用。這些費用稱為自費額。您的自費額會視您擁有的健保計畫而有差異。

在本歡迎套件中內含的計畫合約與*承保範圍證明*找到關於您應分攤的自費額詳情，包括共付額、共同保險和自付額。您也可以參閱您的福利與承保範圍摘要 (*Summary of Benefits and Coverage*, SBC) 文件。如需您的福利與承保範圍摘要 (SBC)，請前往 **myhealthnetca.com**，然後在 *Our Health Plans (我們的健保計畫)* 之下點選 *Plan Materials (計畫資料)*。

預估費用和比較照護選項

我們的費用預估工具可供您比較預估費用。使用這項工具時，您可以**比較預估費用以找到最優惠的價格**。取得住院、外科手術、X 光和其他服務的預估平均費用。

如欲使用這項工具：

1. 登入您的會員帳戶 **myhealthnetca.com**。
2. 點選 *Coverage (承保)*。
3. 點選 *Costs and Care Options (費用和照護選項)*。
4. 再點選 *Launch Cost Estimator (開啟費用估算工具)*。

5 領取您的處方藥

醫師為您開立藥品處方時，您必須瞭解幾件事情。

參考基本處方藥清單

Health Net 的基本處方藥清單 (也稱為處方一覽表) 列出 Health Net 和醫療保健服務提供者團隊一起選定的承保藥品。因為認定這些藥品是優質治療計畫的重要部分才將藥品納入。藥品清單會定期更新，並可能會變更。

基本處方藥品清單可在 **myhealthnetca.com** 網站查詢，請前往 Pharmacy Information (藥房資訊) 部分。請注意，您的醫師在開立某些藥品處方時應該向 Health Net 取得事先核准。接著，使用您健保計畫網絡 Standard Pharmacy Network 中的藥房。

請向醫師詢問適合您使用的普通牌藥品。普通牌藥品經實證為安全、有效，而且通常費用比品牌藥品更低。

如果您因長期醫療狀況而服藥，您也許能透過我們的郵購藥房方案領取處方藥。可取得 90 天藥量。部分藥品可能無法透過郵購藥房方案取得。

如需更多有關處方藥的詳細資訊，請參閱本歡迎資料袋中的計畫合約和承保範圍證明。

使用網絡中的藥房

您必須尋找和使用 Health Net Standard Pharmacy Network 中的藥房，您的處方藥才會屬於承保範圍。

欲尋找您當地的網絡藥房：

1. **前往** myhealthnetca.com
2. **選擇** ***Pharmacy Information (藥房資訊)***，**然後點選** ***Find a Pharmacy (尋找藥房)***。
3. **選擇** ***Standard Pharmacy Network***。

6 使用我們的保健方案幫助您身強體健

透過 myStrength 取得情緒方面的支持

myStrength 照顧您完整的身心靈，這是特別為了要幫助您管理憂鬱、焦慮與壓力的 Health Net 方案。請上網 **www.mystrength.com/hnwell** 瞭解更多。

養成健康習慣的保健指導

透過我們的電話一對一指導課程養成並保持健康好習慣。戒菸方案幫助有菸癮的人戒菸。而且我們的健康輔導員能幫助您達到體重和健身目標。您甚至可以上網追蹤自己的進步狀況！請上網 **myhealthnetca.com** 登入您的帳戶，然後點選 *Coverage (承保)*，再點選 *Wellness Center (保健中心)*。

Active&Fit Direct™ 方案

上健身房？還是在家？無論怎麼選擇，我們都會讓您動起來。參加 Active&Fit Direct™ 方案，[3] 您將可使用：

- 數千間健身中心和教室，而且能隨時變更
- 數千部運動影片，讓您無論在家或出門在外都能保持活動
- 一對一的生活方式輔導，給予健身、營養、壓力和睡眠等主題的幫助
- 可選擇為您的配偶和同居伴侶購買會籍
- 還有更多內容！

全部的起始月費都只有 $25 (外加 $25 參加費和適用稅金)。不須綁約！請上網 **myhealthnetca.com** 登入您的帳戶，然後點選 *Coverage (承保)*，再點選 *Wellness Center (保健中心)*。

投保 Omada 的主動式糖尿病預防方案。

透過 Omada，[2] 您可取得您需要的一切服務，幫助您減重，以及降低罹患 2 型糖尿病和心臟病的機會。

瞭解詳情並查詢您是否符合資格，請上網 **Omadahealth.com/hncoveredca**。

[2]如果您不符合 Omada 的資格，可使用 Health Net 的電話健康輔導方案，不須額外付費。此行為改變方案可讓您選擇希望著重的方面，例如體重管理、運動、健康飲食等許多不同選擇。如欲登記參加或瞭解方案詳情，請致電 800-893-5597 並選擇清單選項的健康輔導。

[3]會員 / 配偶必須年滿 18 歲才能參加。費用會依健身中心地點而不同。必須參加至少 2 個月。Active&Fit Direct 方案由 American Specialty Health Incorporated (ASH) 的子公司 American Specialty Health Fitness, Inc. 提供。Active&Fit Direct 是 ASH 的商標，經許可於本文件中使用。並非所有地區均提供全部服務，且方案可能會隨時變更 (包括月費和參加費和 (或) 試用期) 或中止。

7 支付您的月保費

*您的保費 (或「帳單」) 是指您每個月都要支付的健康承保費用。您有很多種方式可以支付保費。但一定要在每個月 1 號前支付，健康承保才會繼續有效。**請選擇適合您的保費付款方式！***

登記使用電子帳單，透過網路收到每月發票。

網上支付

1. **每月支付。**只要每個月在保費到期前上網 myhealthnetca.com 登入您的會員帳戶 (請參閱第 3 頁)，然後按照指示操作即可。安全又簡單！
2. **註冊自動帳單付款**，使用您的預付式轉帳卡、銀行轉帳卡、銀行帳戶或信用卡付款。
3. **快速付款 – 不需要登入。**請上網 myhealthnetca.com 並前往 *Pay My Bill (支付我的帳單費用)*，然後選擇 *Pay your bill now (立即支付您的帳單費用)*。

郵寄支付

將支票、本票或匯票寄到您的帳單付款單據上所列的地址。記得在支票、本票或匯票上寫您的保單號碼 (列於您的帳單上)。從帳單撕下保費付款單據，然後連同保費款項一起郵寄。

每週 7 天，每天 24 小時電話支付

撥打我們的電話 800-539-4193，使用我們的自動化系統快速支付保費。如果您需要協助，也可以打電話到我們的客戶聯絡中心。

透過 MoneyGram® 支付

1. **如欲尋找您附近的 MoneyGram 據點**，請上網 MoneyGram.com 或致電 800-926-9400。
2. **您將需要準備：**
   - 用來支付保費的現金。**Health Net 會支付您的 MoneyGram 交易費用！**
   - 您的 Health Net 會員卡號碼。
   - 取得代碼：16375
3. **填寫藍色的 MoneyGram ExpressPayment® 表格，然後使用 MoneyGram 電話或機台完成保費付款。**

必要時請商店員工協助您完成保費付款。

如欲瞭解使用 MoneyGram 支付 Health Net 帳單款項的詳細資訊，請上網 www.moneygram.com/us/en/how-to-pay-bills。登記使用電子帳單，透過網路收到每月發票。

Banking Department of the State of New York 許可的貨幣傳輸機構。MoneyGram 和 Globe 是 MoneyGram 的標章。所有其他標章為其各自所有人的財產。© 2019 MoneyGram。

8 知道該聯絡誰

您有關於 Health Net 計畫的疑問時，Health Net 都很樂意幫助您。

所有 Ambetter HSP Health Net 會員

您有下列需求時，請致電 Health Net 客戶聯絡中心：

- 詢問有關福利和資格的問題。
- 獲得協助尋找資源。
- 尋找帳單和保費付款相關資訊。
- 更換您的主要醫師 / 主治醫師 (PCP)。
- 取得理賠資訊。

Health Net 的客戶聯絡中心有兩個電話號碼，視您的投保方式而定：

1. **請致電 800-839-2172 (聽障專線 (TTY)：711)：如果您直接投保 Health Net 請撥這支電話。**
2. **請致電 888-926-4988 (聽障專線 (TTY)：711)：如果您透過 Covered California 投保請撥這支電話。**

我們的服務時間為週一至週五，上午 8 時到下午 7 時，週六上午 8 時至下午 5 時，不含聯邦假日。

如果您透過 Covered California 投保

下列事項請聯絡 Covered California：

- 更新您的地址和聯絡資訊。
- 通報您的收入變動。
- 更新資訊，例如國籍和您的居住地證明。
- 變更您的健康承保。
- 詢問有關財務協助的問題。
- 取消您的健康承保。
- 索取您的表格 1095-A 複本。

請撥打 Covered California 電話 800-300-1506 或上網 CoveredCA.com。

踏出您旅程的第一步。

myhealthnetca.com

Ambetter from Health Net HSP 健保計畫由 Health Net of California, Inc. 提供。Health Net of California, Inc. 是 Health Net, LLC 的子公司。Health Net 是 Health Net, LLC 的註冊服務標章。Covered California 是 California 州的註冊商標。所有其他標示的商標 / 服務標章均為其各自公司的財產。保留所有權利。

BKT054296CO00 (1/22)