

LA SUՐԲԵՐԱԿ



Promise Health Plan

# Խթանում է

## Առողջությանը Վերաբերող Զրույց

### 2023 թվականի աշուն

A54761MDC-LA-AM\_0823

Medi\_23\_174\_LA\_IA071923

<Mail ID> <Phone>  
<First Name> <MI> <Last  
Name>  
<Street Address 1>  
<Street Address 2>  
<City, State Zip>

Standard  
U.S. Postage  
PAID  
Long Beach, CA  
Permit No. 2041

Blue Shield of California Promise Health Plan  
PO Box 4317  
Woodland Hills, CA 91367

# Հեռաառողջության մասին ամենակարևոր հարցերի պատասխանները.



Տեխնոլոգիան կարող է էլ ավելի հեշտացնել Ձեզ անհրաժեշտ բժշկական օգնություն ստանալը: 4 հիվանդից մոտ 1-ն օգտագործում է հեռաառողջություն՝ իր բուժաշխատողներին «այցելելու» համար: Եվ այդ թիվն աճում է: Դեռ չէք փորձել հեռաառողջությունը: Ահա թե ինչ պետք է իմանաք սկսելու համար:

**Հարց. Այնուամենայնիվ, ի՞նչ է հեռաառողջությունը:**  
**Պ.** Դա մատակարարի հետ հեռակա կապ հաստատելու միջոց է՝ բժշկի ընդունարան կամ շտապ օգնություն գնալու փոխարեն: Տեսագրույցի համար կարող եք օգտագործել Ձեր սմարթֆոնը, պլանշետը կամ համակարգիչը: Կամ կարող եք հեռախոսով խոսել մատակարարի հետ: Դուք նույնիսկ կարող եք հաղորդագրություններ ուղարկել առցանց հարթակի կամ հավելվածի միջոցով:

**Հարց. Երբ է դա լավ տարբերակ:**  
**Պ.** Ձեր մատակարարը Ձեզ կտեղեկացնի, թե որ այցելությունները կարելի է կատարել հեռակա կարգով: Բայց հեռաառողջությունը կարող է լավ ընտրություն լինել, երբ Դուք անհապաղ խնամքի կարիք ունեք, և դա արտակարգ իրավիճակ չէ: Դուք կարող եք օգտագործել այն հոգեկան առողջության այցելությունների և քրոնիկ հիվանդությունների վերաբերյալ ստուգումների համար: Այն նաև հարմար է, եթե ճանապարհորդելիս հիվանդանում եք:

**Հարց. Որո՞նք են հեռաառողջության առավելությունները:**  
**Պ.** Դա ավելի հարմար է, հատկապես, եթե ունեք փոքր երեխաներ: Եվ դա խնայում է ժամանակը, քանի որ Դուք ստիպված չեք մեքենայով գնալ բժշկի ընդունարան: Վստահ չեք, արդյոք Դուք կամ Ձեր երեխան կարիք ունի անձամբ այցելության: Հեռաառողջության հանդիպումը կարող է օգնել Ձեզ որոշել:

Վիրտուալ այցելությունները պլանավորելը հեշտ է: Հարցրեք Ձեր բժշկի ընդունարանից, թե ինչ տարբերակներ են նրանք առաջարկում: Դուք կարող եք նաև նույն օրվա հանդիպում ստանալ Teladoc ծառայության հետ:

**Հարց. Ի՞նչ է տեղի ունենում վիրտուալ այցելության ժամանակ:**  
**Պ.** Նույնը, ինչ տեղի է ունենում Ձեր բժշկի ընդունարանում: Ձեր մատակարարը Ձեզ հարցեր կտա: Դուք կխոսեք Ձեր ախտանիշների կամ մտահոգությունների մասին: Միակ տարբերությունն այն է, որ Դուք և բժիշկը տարբեր տեղերում եք:

**Հարց. Իսկ եթե ես լավ չեմ տիրապետում տեխնոլոգիային:**  
**Պ.** Մի՛ անհանգստացեք: Ձեր մատակարարի ընդունարանը Ձեզ էլփոստով հղում կամ այլ տեղեկություններ կուղարկի, թե ինչպես կապվել: Դուք կարող եք նաև օգնություն ստանալ տեխնոլոգիական գիտելիքներ ունեցող ընտանիքի անդամից կամ ընկերից: Եթե ինչ-որ սխալ առաջանա, զանգահարեք Ձեր բժշկի ընդունարան:

Աղբյուրներ՝ ԱՄՆ Առողջապահության և մարդկանց մատուցվող ծառայությունների նախարարություն, Ամերիկյան բժշկական ասոցիացիա

**24/7 աջակցություն ստացեք**

Օգտագործեք Teladoc-ը բժշկի կամ մանկաբույժի հետ խոսելու համար: Դուք հաճախ կարող եք ժամադրվել մեկ ժամվա ընթացքում: Պարզապես մուտք գործեք Blue Shield հավելված կամ զանգահարեք **(800) 835-2362 (TTY՝ 711) հեռախոսահամարով:** Կամ խոսեք գրանցված բուժքրոջ հետ մեր բուժքրոջ խորհրդատվական գծի միջոցով՝ զանգահարելով **(800) 609-4166 (TTY՝ 711) հեռախոսահամարով:**



## Հարմար ուղեցույց գրիպի և COVID-19-ի դեմ պատվաստումների վերաբերյալ

COVID-19 համավարակը կարող է ավարտված լինել, բայց շատ մարդիկ դեռ վարակվում են վիրուսով: Ինչպես նաև գրիպով վարակվում են ամեն աշուն և ձմեռ, անկախ ամեն ինչից: Բարեբախտաբար, պատվաստանյութերը կարող են օգնել Ձեր ամբողջ ընտանիքին առողջ մնալ այս սեզոնին:

Յուրաքանչյուրը կարող է վարակվել գրիպով կամ COVID-19-ով: Բայց հետևյալ խմբերի մարդիկ լուրջ հիվանդանալու վտանգի տակ են.

- 65 տարեկան և ավելի բարձր տարիքի մարդիկ
- Հղի կանայք (գրիպը և COVID-19-ը կարող են վտանգավոր լինել մոր և երեխայի համար)
- Նրանք, ովքեր ունեն քրոնիկ հիվանդություններ, ինչպիսիք են ասթման կամ շաքարախտը: Այլ ռիսկային խմբեր. Քաղցկեղով հիվանդ կամ գիրություն ունեցող մարդիկ.
- 5 տարեկանից փոքր երեխաներ

Նույնիսկ եթե Դուք բարձր ռիսկի տակ չեք, բաց մի թողեք գրիպի կամ COVID-19-ի դեմ պատվաստանյութը: Անվտանգ և հարմար է դրանք ստանալ միաժամանակ:

**Գրիպի դեմ պատվաստանյութ**  
Ամեն տարի գիտնականները պարզում են, թե գրիպի որ վիրուսներն են առավել տարածված և պատվաստանյութ են պատրաստում դրանց դեմ:

**Ո՞վ պետք է այն ստանա:** 6 ամսական և բարձր տարիքի բոլորը, հազվադեպ բացառություններով:

**Երբ.** Այն ստանալու լավագույն ժամանակը սեպտեմբերն է կամ հոկտեմբերը: Բայց երբեք ուշ չէ: Գրիպի սեզոնի ավելի ուշ պատվաստումը դեռևս պաշտպանություն է տալիս:

**Ինչ տեսակի.** Կան մի քանի տեսակներ. Քթի սփրեյները նախատեսված են 2-ից 49 տարեկանների համար: Գրիպի դեմ կանոնավոր պատվաստումը նախատեսված է 6 ամսականից մինչև 64 տարեկան տարիքի անձանց համար: Գրիպի դեմ բարձր չափաբաժիններով պատվաստանյութը նախատեսված է 65 և ավելի բարձր տարիքի մարդկանց համար: Հարցրեք Ձեր բժշկից, թե որն է լավագույնը Ձեզ համար:

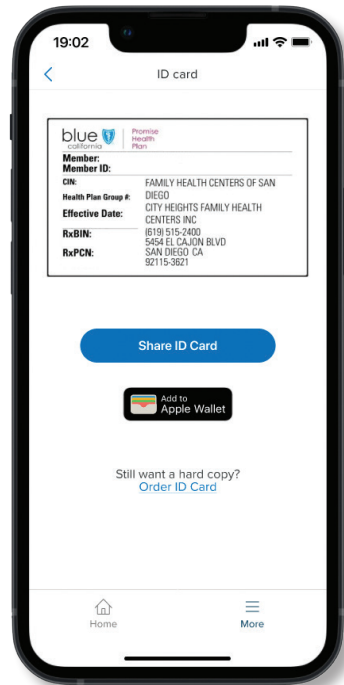
**COVID-19-ի դեմ թարմացված պատվաստանյութ**  
COVID-19 վիրուսը միշտ փոխվում է: Հետևաբար, պատվաստանյութը ևս փոխվում է: Այս աշնանը թարմացված պատվաստանյութ կա: Այն ուղղված է Omicron-ի նորագույն տարբերակների դեմ, որոնք շրջանառվում են ամբողջ աշխարհում:

**Ո՞վ պետք է այն ստանա:** 65 և ավելի բարձր տարիքի յուրաքանչյուր ոք պետք է ստանա COVID-19-ի դեմ թարմացված մեկ պատվաստանյութ՝ պաշտպանված լինելու համար:

**Երբ.** Եթե արդեն ստացել եք COVID-19-ի դեմ մեկ թարմացված պատվաստանյութ, կարող եք երկրորդ չափաբաժինը ստանալ առաջինից չորս ամիս կամ ավելի հետո: Խոսեք Ձեր բժշկի հետ, եթե վստահ չեք, թե արդյոք (կամ երբ) Ձեզ անհրաժեշտ է երկրորդ դեղաչափը:

Օգնության կարիք ունե՞ք հանդիպում նշանակելու համար: Չանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն **(800) 605-2556 (TTY՝ 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ: Ուղևորության կարիք ունե՞ք հանդիպման վայր այցելության համար: Չանգահարեք մեր փոխադրման հարցերով ծառայությունների գիծ **24/7 (877) 433-2178 (TTY՝ 711) հեռախոսահամարով:**

Աղբյուրներ՝ Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոններ, Ամերիկյան մանկաբուժության ակադեմիա, Առողջապահության ազգային ինստիտուտներ



# Blue Shield հավելվածը ներբեռնելու 4 հիանալի պատճառ

Ցանկանում եք ցանկացած պահի և ցանկացած վայրում մուտք գործել Ձեր առողջապահական տեղեկատվություն: Ներբեռնեք Blue Shield of California բջջային հավելվածը Ձեր հեռախոսում: Դրա շնորհիվ կարող եք իմանալ Ձեր ծրագրի մասին այն, ինչ Ձեզ անհրաժեշտ է:

Մենք կարծում ենք, որ այն Ձեզ դուր կգա: Ահա մի քանի օգտակար բաներ, որոնք կարող եք անել հավելվածում:

**1 Դիտել Ձեր անդամի ճանաչողական քարտը:**  
Միշտ ունենալ Ձեր ճանաչողական քարտը Ձեզ հետ: Դուք կարող եք արագ ցույց տալ Ձեր քարտը Ձեր հեռախոսում: Կարող եք նաև պատվիրել կամ տպել նոր քարտեր՝ հեշտ հպումով:

**2 Բժիշկ գտնել:**  
«Գտնել բժիշկ» գործիքը հեշտացնում է Ձեզ մոտակայքում առաջնային բուժօգնության բժիշկ փնտրելը: Դուք կարող եք նաև գտնել շտապ օգնության կլինիկա, ատամնաբուժական և տեսողության ծառայություններ մատուցող մատակարարներ և այլն:

**3 Ստուգել Ձեր անհատականացված առողջապահական ծրագիրը:**  
Առողջ սովորությունները դյուրացրեք մեր անվճար Wellvolution ծրագրերի միջոցով: Կամ պատվիրեք ուղևորություն բժշկի ընդունարան: Դուք կարող եք այդ ամենը անել հավելվածում:

**4 Ցանկացած ժամանակ մուտք գործել հեռաառողջապահական խնամք:**  
Առողջության հետ կապված խնդիր ունեք: Դուք կարող եք օգտագործել հավելվածը Teladoc խորհրդատվություն խնդրելու համար: Հավելվածից կարող եք նաև զանգահարել գրանցված բուժքրոջը: Հավելվածը շատ դյուրացնում է հեռաառողջապահության մատակարարին տնից միանալը, երբ Դուք ճանապարհորդում եք կամ առհասարակ այլ վայրում եք:

Բջջային հավելվածը հեշտ է օգտագործել, և կարող է արագ ներբեռնվել: Պարզապես անցեք

App Store կամ Google Play: Հավելյալ տեղեկություններ ստանալու համար սկանավորեք այս կոդը Ձեր սմարթֆոնով:



## Մենք այստեղ ենք օգնելու համար

Մեզ համար ամենակարևորը Ձեր առողջությունն է: Մենք գիտենք, որ առողջապահությունը կարող է բարդ լինել, և մենք այստեղ ենք Ձեզ համար: Թույլտվության հարցում օգնության կարիք ունեք: Հարց ունեք Ձեր ծրագրի վերաբերյալ: Մի գուցե Ձեզ անհրաժեշտ է ուղևորություն բժշկական հանդիպման վայր: Զանգահարեք մեր հաճախորդների սպասարկման թիմին **(800) 605-2556 (TTY՝ 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ:



## Հարցրեք բժիշկ Cruz-ին

Ցանկանում եք Ձեր երեխային տալ ամենաառողջ սկիզբը:

Մենք փորձագիտական խորհուրդներ ունենք բժիշկ James Cruz-ից՝ Blue Shield of California Promise Health Plan-ի գլխավոր բժշկական տնօրենից:

**Հարց.** Որքա՞ն հաճախ է իմ փոքրիկ երեխային անհրաժեշտ բժշկի դիմել:

**Պ.** Երեխաների առողջական հետազոտությունները երեխաների առողջությունը պահպանելու գաղտնի բաղադրիչն են: Ծնվելուց մինչև 4 տարեկան երեխաները պետք է ունենան 13 այցելություն բժշկի մոտ: Այդ այցելություններից յոթը տեղի են ունենում առաջին տարում:

Երբ նրանք նորածիններից դառնում են փոքր երեխաներ, իսկ հետո նախադպրոցական տարիքի երեխաներ, նրանք արագ աճում և փոխվում են: Այսպիսով, կանոնավոր ստուգումները չափազանց կարևոր են: Նրանցից կարող եք հարցնել քնի, վարքագծի կամ այլ մտահոգությունների մասին: Նրանք նաև օգնում են Ձեզ հետևյալում:

### Հետևել պատվաստումներին

Պատվաստումները պաշտպանում են Ձեր երեխային այնպիսի հիվանդություններից, ինչպիսիք են կարմրուկը, խոզուկը և պոլիոմելիտը: Դրանք նաև կանխում են բռնկումները դպրոցներում և համայնքներում: Փոքրիկները պետք է իրենց արևմտում ստանան ըստ ժամանակացույցի: Նրանք կարող են նաև թեստերի կարիք ունենալ, օրինակ՝ կապարի կանոնավոր զննում:

### Հետևել Ձեր երեխայի աճին

Բժիշկը կշռում և չափում է Ձեր երեխային՝ տեսնելու, թե արդյոք նրա հասակը և քաշը համապատասխան են: Օրինակ, մանկական գիրությունը տարածված երևույթ է: Եթե նրա քաշը շատ է բարձրացել, հարցրեք սննդաբար նախուտեստների և նրա տարիքի և հետաքրքրությունների համար լավագույն զբաղմունքների մասին: Ձեր բժիշկը կարող է ուսումնասիրել բժշկական խնդիրները, որոնք կարող են քաշի ավելացում առաջացնել:

### Դիտել նրա զարգացումը

Ձեր բժիշկը կհետևի մեծ իրադարձություններին՝ շրջվելուց մինչև առաջին քայլը կատարելը: Ինչպե՞ս է զարգանում նրա խոսքը և լեզուն: Իսկ լսողությունը և տեսողությունը: Եթե մտահոգություններ ունեք,



Ձեր բժիշկը կարող է գնահատել Ձեր երեխային և անհրաժեշտության դեպքում ուղղորդել Ձեզ մասնագետի մոտ:

### Ձեր երեխային անվտանգ պահել

Ձեր բժիշկը կհարցնի, արդյոք մեքենայի նստատեղերը ճիշտ են տեղադրված Ձեր երեխայի քաշի համար: Այլ թեմաներ. հեծանիվների սաղավարտներ և խաղահրապարակի անվտանգություն:

### Ձեր փոքրիկի առաժնեքը պաշտպանելը

Մենք արար դիտան և առաժնեքի լավ հիգիենան առողջ առաժնեքի կարևոր մասն են: Ֆտորիդային լաքը նույնպես կարող է օգնել կանխել կարիեսը: Մանկաբույժը կամ առաժնեքույժը կարող է լաք քսել տարին առնվազն երկու անգամ (և տարեկան մինչև 3 անգամ)՝ սկսած 1 տարեկանից:

## Առողջության մասին տեղեկություններ Ձեր լեզվով

Դուք կարող եք նպաստների մասին ծանուցումներ և առողջապահական բրոշյուրներ ստանալ Ձեր նախընտրած լեզվով կամ այլընտրանքային ձևաչափերով (օրինակ՝ բրայլյան այբուբենով, աուդիո ձայնակավառակով, խոշոր տպագրությամբ և տվյալների սկավառակով): Այս ծառայություններից օգտվելու համար զանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն **(800) 605-2556 (TTY՝ 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ:

# Խորհուրդներ կրծքով կերակրման հաջողության համար



Կրծքով կերակրումը առողջության համար շատ առավելություններ ունի: Կրծքի կաթը հիանալի սնունդ է ապահովում Ձեր երեխայի համար և հեշտ է մարսվում: Ձեր փոքրիկին կերակրելը կապ հաստատելու հարմարավետ միջոց է: Բացի այդ, այն պաշտպանում է երեխաներին և մայրերին որոշակի հիվանդություններից:





Բայց դա կարող է ժամանակ պահանջել, որպեսզի հարմարվեք դրան: Եթե դժվարանում եք, խոսեք Ձեր բժշկի հետ կամ գանգահարեք մայրության ծրագրին **(888) 802-4410 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 17:00, երկուշաբթիից ուրբաթ: WIC-ն նաև լակտացիայի վերաբերյալ կրթություն և օգնություն է առաջարկում: Չանգահարեք **(800) 852-5770** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 17:00, երկուշաբթիից ուրբաթ: Եվ փորձեք այս խորհուրդները կրծքով կերակրման ընդհանուր խնդիրների համար:

Մարտահրավերը	Պատճառը	Խորհուրդը
<b>Դուք հոգնած եք:</b>	Ինամբը մեծ աշխատանք է: Ձեր երեխան կուրծք է ուտելու օրական 8-ից 12 անգամ:	Խնդրեք ընտանիքի անդամներին փոխել տակդիրները, լողացնել և օգնել տանը, որպեսզի կարողանաք հանգստանալ:
<b>Ձեր երեխան գրաված է այլ բաներով:</b>	Կերակրումն ավելի երկար է տևում, քանի որ Ձեր երեխան շարունակում է գլուխը բարձրացնել և շուրջը նայել:	Օգնեք նրանց կենտրոնանալ կերակրման վրա՝ անջատելով հեռուստացույցը, մթնեցնելով լույսերը կամ գտնելով հանգիստ տեղ:
<b>Ձեր կրծքապտուկները ցավոտ են:</b>	Դա սովորական է առաջին շաբաթներին: Հնարավոր պատճառները վատ ֆիքսում, կամ Ձեր մաշկը կարող է չափազանց չոր կամ չափազանց խոնավ լինել:	Հագեք կրծկալ՝ պատրաստված բնական գործվածքից, ինչպես բամբակը: Խուսափեք կոշտ օձառներից: Չիթապտղի յուղ կամ լանոլինի քսուք քսեք Ձեր կրծքապտուկներին:
<b>Դուք անհանգստանում եք, որ Ձեր երեխան բավարար կաթ չի ստանում:</b>	Դա ասելը կարող է դժվար լինել: Բայց եթե կանոնավոր կերպով կերակրում եք և չեք հավելում կաթնախառնուրդով, մայրերի մեծ մասը շատ կաթ է արտադրում:	Տեսեք այս հուսադրող նշանները. Ձեր երեխան երջանիկ է թվում կերակրելուց հետո, նա քաշ է հավաքում, Դուք կարող եք տեսնել, թե ինչպես է նա կուլ տալիս:

Աղբյուրներ՝ Առողջապահության ազգային ինստիտուտներ, ԱՄՆ Գյուղատնտեսության վարչություն, Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոններ

# Medi-Cal-ի թարմացման ժամանակն է

Ձեր Medi-Cal ծրագիրը օգնում է Ձեզ և Ձեր ընտանիքին մսալ առողջ և ուժեղ: Համոզվեք, որ պահպանում եք Ձեր ծածկույթը: Համավարակի ժամանակ Ձեր ծրագիրը ավտոմատ կերպով թարմացվում էր ամեն տարի: Դա պայմանավորված էր նրանով, որ երկիրը գտնվում էր հանրային առողջության արտակարգ իրավիճակում: Այժմ դա ավարտվել է, ինչպես նաև ավտոմատ թարմացումը: Այսպիսով, Ձեր ծրագրում մսալու համար հետևեք այս պարզ քայլերին.

-  Ստուգեք Ձեր փոստարկը՝ անդամի ծրագրի թարմացման դեղին փաթեթի համար:
-  Հետևեք Ձեր փաթեթի հրահանգներին:
-  Լրացրեք ձևաթուղթը և անմիջապես հետ ուղարկեք այն, ոչ ուշ, քան 60 օր հետո:
-  Հիշեք. Եթե չվերադարձնեք Ձեր ձևաթուղթը, կարող եք կորցնել Ձեր ծածկույթը:



Մի՛ վտանգեք կորցնել ծածկույթը: Ուշադիր հետևեք Ձեր փոստին թարմացման փաթեթի համար, և հնարավորինս շուտ ուղարկեք Ձեր ձևաթուղթը:

Հարցեր ունե՞ք: Չանգահարեք Անդամների պահպանման բաժին **(855) 636-5251 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ:

## Բանավոր թարգմանության ծառայություններ

Մենք առաջարկում ենք անվճար բանավոր թարգմանչական ծառայություններ մեր անդամներին հեռախոսով և անձամբ, ներառյալ ASL-ը: Դուք կարող եք բանավոր թարգմանիչ ունենալ Ձեր բժշկի հետ հանդիպման ժամանակ: Խնդրում ենք պլանավորել հինգ օր առաջ: Հեռախոսային ծառայությունները հասանելի են 24/7: Դուք կարող եք նաև բողոք ներկայացնել, եթե մենք չենք բավարարում Ձեր լեզվական պահանջները: Այն խնդրելու համար գանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն **(800) 605-2556 (TTY 711)** հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ:

# Անվճար ծառայություններ՝ Ձեզ առողջ պահելու համար

Այցելեք L.A Care-ի և Blue Shield Promise-ի 11 համայնքային ռեսուրս կենտրոններից մեկը Ձեր հարևանությամբ՝ Inglewood-ից մինչև Palmdale: Դուք կարող եք անվճար օգտվել հետևյալ ծառայություններից.

- Բժշկական օգնություն՝ գրանցումից մինչև հանդիպումներ
- Սննդի պահեստներ
- Սոցիալական աշխատողի աջակցություն այնպիսի մարտահրավերների համար, ինչպիսիք են վարձավճարը կամ այլ հաշիվների վճարումը
- Խոհարարության, ֆիթնեսի, բարեկեցության և առողջության դասընթացներ



Սկանավորեք այս կոդը Ձեր հեռախոսով կամ այցելեք [communityresourcecenterla.org](http://communityresourcecenterla.org):



## Առողջ ապրելու տեղեկատվական գիծ

Մենք կպատասխանենք արյան բարձր ճնշման, խոլեստերինի, քաշի վերահսկման, սննդի, շաքարախտի և ծխելուց կամ էլեկտրոնային ծխախոտից հրաժարվելու վերաբերյալ հարցերին: Չանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն (800) 605-2556 (TTY՝ 711) հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ և խնդրեք կապվել Առողջապահական կրթության վարչություն:

App Store-ը Apple Inc-ի սպասարկման նշանն է:

Google Play-ը Google LLC-ի ապրանքանիշն է:

Բուժքույրերի խորհրդատվական հեռախոսագիծը առողջապահական խորհրդատվության գիծ է: Բուժքույրերը բժշկական ծառայություններ չեն տրամադրում բուժման կամ ախտորոշման համար: Blue Shield of California Promise Health Plan-ը պայմանագիր է կնքել LA Care Health Plan-ի հետ, Լոս Անջելես վարչաշրջանում Medi-Cal-ի կառավարվող խնամքի ծառայություններ մատուցելու նպատակով:

Դուք կարող եք անվճար ստանալ այս փաստաթուղթը այլ ձևաչափերով, օրինակ՝ խոշոր տպագիր, բրայլյան այբուբենով կամ աուդիո տարբերակներով: Չանգահարեք (800) 605-2556 (TTY 711) հեռախոսահամարով, 8:00-ից 18:00, երկուշաբթիից ուրբաթ: Հեռախոսազանգն անվճար է:

Blue Shield of California Promise Health Plan-ը Blue Shield Association-ի անկախ արտոնագրյալն է: