



Molina Healthcare Washington Apple Health प्रबंधति देखभाल

नामांकित व्यक्ति की हैंडबुक 2024

MolinaHealthcare.com



Molina Healthcare of Washington, Inc. ("Molina") Federal और Washington राज्य के नागरिक अधिकारों का पालन करता है जो स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं से संबंधित हैं। Molina सभी सदस्यों को स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ उपलब्ध कराता है और नस्ल, रंग, राष्ट्रीय मूल, उम्र, दिव्यांगता, लिंग, लैंगिक पहचान या यौन पहचान के आधार पर कोई भेदभाव नहीं करता। Molina नस्ल, रंग, राष्ट्रीय मूल, उम्र, दिव्यांगता, लिंग, लैंगिक पहचान या यौन अभिविन्यास के आधार पर लोगों को बहिष्कृत नहीं करता या उनके साथ अलग बर्ताव नहीं करता।

Molina, स्टेट के कानूनों का भी पालन करता है और पंथ, लिंग, लैंगिक अभिव्यक्ति या पहचान, यौन अभिविन्यास, नागरिकता या आव्रजन की स्थिति, बच्चों वाले परिवार, वैवाहिक स्थिति, धर्म, सम्मानपूर्वक सेवामुक्त किए गए पूर्व सैनिक या सैन्य स्थिति अथवा दिव्यांग व्यक्ति द्वारा प्रशिक्षित डॉग गाइड या सर्विस एनिमल का इस्तेमाल करने के आधार पर भेदभाव नहीं करता।

आप हमसे बात कर सकें इस कार्य में आपकी सहायता के लिए, मोलिना निःशुल्क सेवाएँ प्रदान करती है:

- दिव्यांग लोगों के लिए सहायता और सेवाएँ
 - कुशल साइन लैंग्वेज इंटरप्रेटर
 - अन्य फ़ॉर्मेट में लिखित सामग्री (बड़ा प्रिंट, ऑडियो, एक्सेस करने योग्य इलेक्ट्रॉनिक फ़ॉर्मेट, दूसरे फ़ॉर्मेट)
- उन लोगों के लिए भाषा सेवाएँ जिनकी प्राथमिक भाषा अंग्रेज़ी नहीं है, जैसे कि:
 - योग्य इंटरप्रेटर
 - आपकी भाषा में अनुवाद की गई लिखित सामग्री
 - बिल्कुल सरल भाषा में लिखी गई सामग्री

अगर आपको ये सेवाएँ चाहिए, तो Molina सदस्य सेवाओं से (800) 869-7165, TTY/TTD: 711 पर संपर्क करें। अगर आप मानते हैं कि Molina ये सेवाएँ उपलब्ध कराने में नाकाम रहा है या उसने नस्ल, रंग, राष्ट्रीय मूल, उम्र, दिव्यांगता, लिंग, लैंगिक पहचान या यौन अभिविन्यास के आधार पर किसी और तरीके से भेदभाव किया है, तो आप हमारे नागरिक अधिकार समन्वयक को (866) 606-3889, या TTY: 711 पर शिकायत दर्ज करा सकते हैं।

आप अपनी शिकायत civil.rights@molinahealthcare.com को ईमेल भी कर सकते हैं; या फिर अपनी शिकायत (800) 816-3778 पर फ़ैक्स कर सकते हैं। आप व्यक्तिगत रूप से या डाक, फ़ैक्स या ईमेल के ज़रिए अपनी शिकायत दर्ज करा सकते हैं। अगर आपको शिकायत दर्ज कराने में मदद चाहिए, तो हमारे नागरिक अधिकार समन्वयक आपकी मदद के लिए उपलब्ध हैं।

अगर आप अपनी शिकायत डाक से भेजते हैं, तो डाक यहां भेजें:

Civil Rights Coordinator
200 Ocean Gate
Long Beach, CA 90802

आप नागरिक अधिकार संबंधी शिकायत इनके पास भी दर्ज करा सकते हैं:

U.S. Department of Health and Human Services, ऑफ़िस फ़ॉर सिविल राइट्स इलेक्ट्रॉनिक रूप से ऑफ़िस फ़ॉर सिविल राइट्स कंप्लेंट पोर्टल के ज़रिए। यह <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf> पर या डाक या फ़ोन के ज़रिए यहाँ उपलब्ध है:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

शिकायत फ़ॉर्म <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html> पर उपलब्ध हैं। Washington स्टेट बीमा आयुक्त कार्यालय को इलेक्ट्रॉनिक रूप से बीमा आयुक्त कार्यालय शिकायत पोर्टल के ज़रिये। यह <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status> के ज़रिए या फिर 800-562-6900, 360-586-0241 (TDD) पर फ़ोन करके उपलब्ध है। शिकायत फ़ॉर्म <https://fortress.wa.gov/oic/onlineServices/CC/pub/Login.aspx> पर उपलब्ध हैं।

आपको खास ज़रूरतों के चलते यह जानकारी किसी अलग फ़ॉर्मेट, जैसे कि ऑडियो, ब्रेल या बड़ फ़ॉन्ट में या अपनी भाषा में बिना किसी अतिरिक्त खर्च के पाने का अधिकार है। पसंद की काउंसलिंग HCA के चिकित्सा सहायता ग्राहक सेवा केंद्र द्वारा उपलब्ध कराई जाती है। सहायता के लिए, आप 1-800-562-3022, TRS 711 पर कॉल कर सकते हैं।

Usted tiene derecho a recibir esta información en un formato distinto, como audio, braille, o letra grande, debido a necesidades especiales; o en su idioma sin costo adicional.

- अंग्रेज़ी ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- स्पेनिश ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- चीनी 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 1-800-869-7165 (TTY: 711)。
- वियतनामी CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- कोरियाई 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-869-7165 (TTY: 711) 번으로 전화해 주십시오.
- रूसी ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-869-7165 (телетайп: 711).
- टैगलॉग PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- यूक्रेनियाई УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером 1-800-869-7165 (телетайп: 711).
- कंबोडियाई
(मोन-खमेर) ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសាដោយមិនគិតថ្លៃល្អ
គឺអាចមានសំរាប់បំរើអ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ 1-800-869-7165 (TTY: 711)។
- जापानी 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。
1-800-869-7165 (TTY: 711) まで、お電話にてご連絡ください。
- अम्हारिक ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ ኣማርኛ ከሆነ የትርጉም ኣርዳታ ድርጅቶቻቸው በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋ ተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ 1-800-869-7165 (መስማት ለተሳናቸው: 711)።
- कुशी XIYYEEFFANNAA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajjila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- अरबी ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-869-7165 (رقم هاتف الصم والبكم: 711).
- जर्मन विभाण दिउ: ने उमा पनाघा बलर ह, उा बामा वच मगएउा उगड लएा मुडउ छुपलघय ह।
1-800-869-7165 (TTY: 711) उे बाल बरे।
- पंजाबी ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-800-869-7165 (TTY: 711).
- लाओटियन ໂປດຊາບ, ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ 1-800-869-7165 (TTY: 711).

विषय सूची

Molina Healthcare और Washington Apple Health में आपका स्वागत है	5
महत्वपूर्ण संपर्क जानकारी	7
मेरे स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता	7
इस हैंडबुक का इस्तेमाल करने का तरीका	8
शुरुआत करना	9
सेवाएँ एक्सेस करने के लिए आपको दो कार्ड की ज़रूरत पड़ेगी, आपका Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड और आपका ProviderOne सेवा कार्ड।	9
1. आपका Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड	9
2. आपका ProviderOne सेवा कार्ड	9
अगर आपको नया ProviderOne सेवा कार्ड चाहिए	10
हेल्थ प्लान बदलना	11
निजी स्वास्थ्य बीमा का इस्तेमाल करना और आपका Molina Healthcare कवरेज	11
अमेरिकन इंडियन और अलास्का के मूल निवासियों के लिए जानकारी	11
Apple Health Expansion में नामांकित लोगों के लिए जानकारी	12
आपके अधिकार और निजता	12
निजी स्वास्थ्य बीमा का इस्तेमाल करना और आपका Molina Healthcare कवरेज	13
स्वास्थ्य देखभाल पाने का तरीका	14
अपना प्राथमिक देखभाल प्रदाता (PCP) चुनने का तरीका	14
अपना पहला PCP अपॉइंटमेंट सेट करना	14
खास देखभाल और रेफ़रल पाने का तरीका	14
वे सेवाएं जो आप रेफ़रल के बिना हासिल कर सकते हैं	15
टेलीहेल्थ/टेलीमेडिसिन	15
आपको Molina Healthcare के डॉक्टर, फ़ार्मसी, आचरणगत स्वास्थ्य प्रदाताओं के पास और अस्पतालों में जाना चाहिए	16
स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं का भुगतान	16
Quality Improvement प्रोग्राम	17
Utilization Management प्रोग्राम	18
हम नई तकनीक का मूल्यांकन कैसे करते हैं	18
आपातकालीन स्थिति में या जब आप घर से दूर हों तब देखभाल पाना	19
आपातकालीन स्थिति में	19
अगर आपको तत्काल देखभाल की ज़रूरत हो	19
अगर आपको कुछ घंटों के बाद देखभाल की ज़रूरत हो	19
काउंटी संकटकालीन लाइन के फ़ोन नंबर	20

जब कोई स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आपको देखेगा, तब के लिए अपेक्षाएं.....	21
Molina Healthcare में कवर होने वाले फ़ायदे	22
सामान्य सेवाएँ और आपातकालीन देखभाल.....	22
फ़ार्मसी या दवा की पर्ची.....	23
बच्चों के लिए स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ.....	23
थेरेपी.....	28
विशेषज्ञता.....	29
सुनना और देखना.....	30
परिवार नियोजन/प्रजनन स्वास्थ्य.....	31
गर्भावस्था के बाद का कवरेज (APC).....	31
चिकित्सा उपकरण और सामग्री.....	31
लैब और एक्स-रे.....	32
महिलाओं का स्वास्थ्य और मातृत्व.....	32
अतिरिक्त सेवाएँ, जो हम उपलब्ध कराते हैं.....	33
देखभाल समन्वय.....	40
जटिल मामले का प्रबंधन करने वाली सेवाएँ.....	40
अतिरिक्त देखभाल समन्वय सेवाएँ, जो हम उपलब्ध करा सकते हैं.....	41
गर्भपात सेवाएँ.....	43
शामिल नहीं की गई सेवाएँ (कवर नहीं की गई).....	47
अपने स्वास्थ्य की जानकारी एक्सेस करना.....	48
अगर आप अपने प्रदाता, हेल्थ प्लान या देखभाल के किसी पहलू से नाखुश हैं.....	48
आचरणगत स्वास्थ्य सलाहकार (जिन्हें पहले Ombuds कहा जाता था).....	49
अस्वीकृतियों, अपील और प्रशासनिक सुनवाई के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी.....	50
आपके अधिकार.....	53
आपकी ज़िम्मेदारियाँ.....	54
अग्रिम निर्देश.....	54
अग्रिम निर्देश क्या होता है?.....	54
मानसिक स्वास्थ्य के अग्रिम निर्देश.....	55
मानसिक स्वास्थ्य का अग्रिम निर्देश क्या होता है?.....	55
मैं मानसिक स्वास्थ्य के अग्रिम निर्देश को पूरा कैसे करूँ?.....	56
धोखाधड़ी, बर्बादी और दुरुपयोग को रोकना.....	56
हम आपकी निजता की रक्षा करते हैं.....	57

आपका स्वागत है

Molina Healthcare और Washington Apple Health में आपका स्वागत है

Washington Apple Health (Medicaid) में नामांकन कराने के लिए आपका धन्यवाद और आपके हेल्थ प्लान, Molina Healthcare में आपका स्वागत है। आपको कवरेज उपलब्ध कराने के लिए हम Apple Health के साथ काम करते हैं। यह हैंडबुक आपके कवर किए गए लाभों और सेवाएँ पाने के तरीकों पर ज़्यादा जानकारी उपलब्ध कराएगी।

Apple Health के ज़्यादातर क्लाइंट ने प्रबंधित देखभाल के साथ नामांकन कराया हुआ है। इसका मतलब है कि Apple Health आपके हेल्थ प्लान के लिए आपके कवरेज का एक मासिक प्रीमियम चुकाता है। आपके कवरेज में शारीरिक और व्यवहारात्मक स्वास्थ्य सेवाएँ जैसे कि निवारक, प्राथमिक, विशेषज्ञ देखभाल, टेलीमेडिसिन और दूसरी स्वास्थ्य सेवाएँ शामिल हैं। आपको प्रदाताओं को Molina Healthcare के नेटवर्क में देखना चाहिए। हमारे नेटवर्क से बाहर प्राप्त की गई ज़्यादातर सेवाएँ तब तक कवर नहीं की जाएँगी, जब तक कि इनकी पहले से अनुमति न ली गई हो। हमारे नेटवर्क से बाहर प्राप्त की गई देखभाल की पहले से अनुमति लेने के लिए अपने प्राथमिक देखभाल प्रदाता (PCP) के साथ काम करें। अगर सेवा क्षेत्र से बाहर आपकी कोई आपातकालीन स्थिति बनती है, तो हम आपातकालीन सेवाएँ कवर करेंगे।



अगले कुछ हफ्तों में हम नए सदस्यों के साथ संपर्क करेंगे। आप कोई भी सवाल पूछ सकते हैं और अपॉइंटमेंट लेने में मदद पा सकते हैं। हम आपसे संपर्क करें इससे पहले अगर आपका कोई सवाल है, तो हमारी फ़ोन लाइनें आपके किसी भी सवाल के लिए खुली हैं। हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर, सोमवार से शुक्रवार, सुबह 7:30 बजे से शाम 6:30 बजे तक कॉल करें।

अगर अंग्रेज़ी आपकी पसंदीदा भाषा नहीं है या फिर आप सुन नहीं पाते हैं, सुन और देख नहीं पाते हैं या आपको सुनने में परेशानी आती है, तो हम मदद कर सकते हैं। हम चाहते हैं कि आप हमारे स्वास्थ्य देखभाल फ़ायदों को एक्सेस कर पाएँ। अगर आपको कोई भी जानकारी अंग्रेज़ी के अलावा किसी दूसरी भाषा में चाहिए, जिसमें साइन लैंग्वेज भी शामिल है, तो हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें। हम आपको भाषा संबंधी सहायता बिना किसी खर्च के उपलब्ध कराते हैं। हम आपके लिए आपकी भाषा बोलने वाला प्रदाता ढूँढने में भी आपकी मदद कर सकते हैं।

जब आप Apple Health के कवर किए हुए किसी स्वास्थ्य देखभाल अपॉइंटमेंट में शामिल होते हैं, तो आप भाषा के एक्सेस से जुड़ी सेवाओं के लिए पात्र हो जाते हैं। आपके प्रदाता को आपके अपॉइंटमेंट के लिए एक इंटरप्रेटर शेड्यूल करना ज़रूरी है। अपॉइंटमेंट तय करते समय, अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को बताएँ कि आपको एक इंटरप्रेटर की ज़रूरत है।

बोली जाने वाली भाषा के इंटरप्रेटर आपके अपॉइंटमेंट के दौरान प्रदाता के ऑफ़िस जा सकते हैं, फ़ोन पर रह सकते हैं या फिर वीडियो में मौजूद रह सकते हैं। साइन लैंग्वेज इंटरप्रेटर प्रदाता के ऑफ़िस जा सकते हैं या फिर आपके अपॉइंटमेंट के दौरान वीडियो कॉल पर मौजूद रह सकते हैं।

अगर हमारे इंटरप्रेटर सर्विसेज़ प्रोग्राम के बारे में आपका कोई भी सवाल है, तो हमारी वेबसाइट MolinaHealthcare.com/WA पर जाएँ। आप hca.wa.gov/interpreter-services पर Health Care Authority (HCA) इंटरप्रेटर सर्विसेज़ का वेबपेज भी देख सकते हैं या फिर interpretersvcs@hca.wa.gov पर HCA इंटरप्रेटर सर्विसेज़ को ईमेल भेज सकते हैं।

अगर आपको जानकारी को समझने में मदद चाहिए या अगर आपको वह दूसरे फ़ॉर्मेट में चाहिए, तो हमें कॉल करें। अगर आप दिव्यांग हैं, देख नहीं सकते हैं या आपको देखने में परेशानी आती है, आप सुन नहीं पाते हैं या आपको सुनने में परेशानी आती है या आप इस किताब या दूसरी सामग्रियों को समझ नहीं पा रहे हैं, तो हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें। हम आपको ये सामग्रियाँ किसी दूसरे फ़ॉर्मेट में या फिर ब्रेल जैसी सहायक सामग्री, मुफ़्त में उपलब्ध करा सकते हैं। हम आपको बता सकते हैं कि किसी प्रदाता के ऑफ़िस में व्हीलचेयर ले जाई जा सकती है या नहीं या फिर उनके पास खास कम्यूनिकेशन डिवाइस या दूसरे खास उपकरण हैं या नहीं। हम यह भी उपलब्ध कराते हैं:

- TTY लाइन (हमारा TTY फ़ोन नंबर 711 है)।
- बड़े प्रिंट में जानकारी।
- अपॉइंटमेंट लेने या अपॉइंटमेंट के लिए परिवहन की व्यवस्था करने में मदद।
- उन प्रदाताओं के नाम और पते जिन्हें खास देखभाल से जुड़ी ज़रूरतों में महारत हासिल है।



महत्वपूर्ण संपर्क जानकारी

संगठन	ग्राहक सेवा के घंटे	ग्राहक सेवा के फ़ोन नंबर	वेबसाइट का पता
Molina Healthcare	सोमवार से शुक्रवार सुबह 7:30 बजे से शाम 6:30 बजे तक	1-800-869-7165 TTY 711	Molinahealthcare.com/WA
Health Care Authority (HCA) Apple Health Customer Service	सोमवार से शुक्रवार सुबह 7 बजे से शाम 5 बजे तक	1-800-562-3022 TRS 711	hca.wa.gov/apple-health
Washington Healthplanfinder	सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक	1-855-923-4633 TTY 711 1-855-627-9604	wahealthplanfinder.org

मेरे स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता

हमारा सुझाव है कि आप तुरंत एक्सेस के लिए अपने प्रदाताओं के नाम और फ़ोन नंबर लिखकर रखें। हमारी वेबसाइट MolinaProviderDirectory.com/WA पर हमारी प्रदाता निर्देशिका में यह जानकारी उपलब्ध होगी।

आप हमें कॉल भी कर सकते हैं और हम मदद करेंगे।

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता	नाम	फ़ोन नंबर
मेरा प्राथमिक देखभाल प्रदाता:		
मेरा आचरणगत स्वास्थ्य प्रदाता:		
मेरा दंत चिकित्सा प्रदाता:		
मेरा विशेषज्ञ देखभाल प्रदाता		
मेरा फ़ार्मसी प्रदाता		

इस हैंडबुक से कोई भी कानूनी अधिकार या पात्रता नहीं बनती। आपको इस हैंडबुक पर Apple Health के बारे में जानकारी के एकमात्र स्रोत के तौर पर भरोसा नहीं करना चाहिए। इस हैंडबुक का मकसद आपकी सेहत से जुड़े फ़ायदों के बारे में जानकारी का सारांश उपलब्ध कराना है। आप इंटरनेट पर Health Care Authority के कानून और नियम पेज पर जाकर Apple Health प्रोग्राम के बारे में ज़्यादा जानकारी यहां से पा सकते हैं:

hca.wa.gov/about-hca/rulemaking.

इस हैंडबुक का इस्तेमाल करने का तरीका

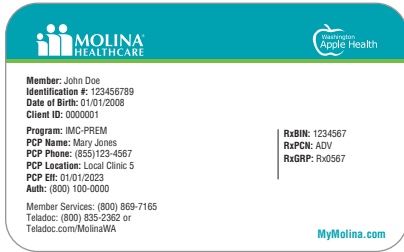
यह सेवाओं के लिए आपकी गाइड है। नीचे दी गई टेबल में देखें कि सवालों के लिए किससे संपर्क करना चाहिए।

अगर इस बारे में आपका कोई भी सवाल है ...	संपर्क करें
<ul style="list-style-type: none"> अपने Apple Health प्रबंधित देखभाल योजना को बदलना या उसमें से नामांकन वापस लेना पेज 11 आपके प्लान में शामिल नहीं की गई Apple Health की कवर की गई सेवाएँ पाने का तरीका पेज 10 आपका ProviderOne सेवा कार्ड पेज 9 	<p>HCA:</p> <ul style="list-style-type: none"> ProviderOne क्लाइंट पोर्टल: waproviderone.org/client fortress.wa.gov/hca/p1contactus/ <p>अगर आपके अब भी सवाल हैं या आपको ज़्यादा मदद की ज़रूरत है, तो 1-800-562-3022 पर कॉल करें।</p>
<ul style="list-style-type: none"> अपना प्रदाता चुनना या बदलना पेज 14 कवर की गई सेवाएँ या दवाइयाँ पेज 22 शिकायत करना पेज 48 आपके हेल्थ प्लान के किसी फ़ैसले के खिलाफ़ अपील करना जिसका असर आपके फ़ायदों पर पड़ता है पेज 50 	<p>Molina Healthcare से 1-800-869-7165 (TTY 711) पर या फिर ऑनलाइन Molinahealthcare.com/WA पर जाएँ।</p>
<ul style="list-style-type: none"> आपका चिकित्सा देखभाल पेज 22 विशेषज्ञों को रेफ़रल पेज 14 	<p>आपका प्राथमिक देखभाल प्रदाता। अगर आपको प्राथमिक देखभाल प्रदाता चुनने में मदद चाहिए, तो हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें या फिर ऑनलाइन MolinaProviderDirectory.com/WA पर जाएँ।</p> <p>आप 1-888-275-8750 (TTY 711) पर Molina Healthcare की 24-घंटा नर्स सलाह लाइन पर भी कॉल कर सकते हैं।</p>
<ul style="list-style-type: none"> आपके खाते में होने वाले बदलाव जैसे कि: <ul style="list-style-type: none"> पते में बदलाव, आय में बदलाव, वैवाहिक स्थिति, गर्भावस्था और जन्म या गोद लेना। 	<p>Washington Healthplanfinder से 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) पर या फिर ऑनलाइन: wahealthplanfinder.org पर जाएँ।</p>
<ul style="list-style-type: none"> धोखाधड़ी, बर्बादी और दुरुपयोग की रिपोर्ट कैसे करें। 	<p>Washington State Health Care Authority</p> <ul style="list-style-type: none"> Washington Apple Health पात्रता संबंधी धोखाधड़ी की रिपोर्ट करना hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention 1-360-725-0934 Medicaid प्रदाताओं को रिपोर्ट करना hottips@hca.wa.gov 1-833-794-2345 <p>विस्तृत जानकारी के लिए इस वेबपेज पर जाएँ: hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention</p>

शुरुआत करना

सेवाएँ एक्सेस करने के लिए आपको दो कार्ड की ज़रूरत पड़ेगी, आपका **Molina Healthcare** सदस्य ID कार्ड और आपका **ProviderOne** सेवा कार्ड।

1. आपका Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड



आपका सदस्य ID कार्ड, कवरेज में नामांकन करने के 30 दिनों के बाद आ जाएगा। आपकी सदस्य ID संख्या आपका सदस्य ID कार्ड होगा। अगर आपके कार्ड पर दी गई जानकारी गलत है या वह आपको 30 दिनों के अंदर नहीं मिलता है, तो हमें तुरंत कॉल करें। अपना सदस्य ID कार्ड हमेशा साथ रखें और देखभाल करते समय इसे हर बार दिखाएँ। किसी प्रदाता के पास जाने या पर्ची लिखवाने के लिए आपको अपना कार्ड आने तक इंतज़ार करने की ज़रूरत नहीं है। अगर आपका कार्ड आने से पहले आपको देखभाल की ज़रूरत हो, तो हमसे फ़ोन पर 1-800-869-7165 (TTY 711) पर या संपर्क करें या फिर हमसे ईमेल के ज़रिए MHWMemberServicesWeb@MolinaHealthcare.com पर संपर्क करें। पात्रता की जाँच करने के लिए आपके प्रदाता भी हमसे संपर्क कर सकते हैं।

2. आपका ProviderOne सेवा कार्ड

आपको मेल डाक में एक **ProviderOne** सेवा कार्ड भी मिलेगा। आपके Apple Health कवरेज के लिए योग्य पाए जाने के बाद 10 दिनों के अंदर आपका ProviderOne सेवा कार्ड आपको डाक से भेज दिया जाएगा। यह एक प्लास्टिक का ID कार्ड होता है जो दूसरे किसी भी हेल्थ इंश्योरेंस ID कार्ड जैसा दिखता है। इस कार्ड को अपने पास रखें और अपनी जानकारी की सुरक्षा करें।

आपके सेवा कार्ड में शामिल होंगे:

- ProviderOne ID नंबर
- जारी करने की तारीख
- ProviderOne की वेबसाइट
- ग्राहक सेवा की जानकारी



आपके सेवा कार्ड में शामिल नहीं होंगे:

- आव्रजन की स्थिति

अगर आपको पहले एक कार्ड मिल चुका है, तो HCA आपको नया कार्ड नहीं भेजेगा। ज़रूरत पड़ने पर, आप नए कार्ड का अनुरोध कर सकते हैं। हर व्यक्ति का अपना खुद का ProviderOne क्लाइंट नंबर होता है। अपने डॉक्टर से अपॉइंटमेंट के लिए इस कार्ड को अपने साथ ले जाएँ। प्रदाता इस कार्ड का इस्तेमाल यह पक्का करने के लिए इस्तेमाल करेंगे कि आपकी सेवाएँ कवर की जाती हैं या नहीं।

09 | क्या आपके कोई प्रश्न हैं? सदस्य सेवाओं को (800) 869-7165 या (TTY 711) पर कॉल करें।

ProviderOne सेवा कार्ड का इस्तेमाल करना

आप WAPlanfinder मोबाइल ऐप के ज़रिए अपने ProviderOne सेवा कार्ड की एक डिजिटल कॉपी देख सकते हैं। ऐप के बारे में wahbexchange.org/mobile/ पर ज़्यादा जानें। जब आपके पास एक डिजिटल कॉपी हमेशा होगी, तो आपको रिप्लेसमेंट ऑर्डर करने की ज़रूरत नहीं पड़ेगी।

आपका ProviderOne क्लाइंट नंबर आपके कार्ड के पीछे लिखा हुआ है। यह नौ अंकों का होगा और "WA" पर खत्म होगा। अपना कवरेज शुरू होने की पुष्टि करें या waproviderone.org/client पर ProviderOne क्लाइंट पोर्टल के ज़रिए अपना हेल्थ प्लान बदलें।

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता भी ProviderOne का इस्तेमाल करके यह देखते हैं कि आप Apple Health में नामांकित हैं या नहीं।

अगर आपको नया ProviderOne सेवा कार्ड चाहिए

अगर आपको अपना कार्ड नहीं मिला है, जानकारी गलत है या आपका कार्ड खो गया है, तो आप नए ProviderOne सेवा कार्ड का अनुरोध कर सकते हैं। आप रिप्लेसमेंट का अनुरोध कई तरीकों से कर सकते हैं:

- ProviderOne की क्लाइंट पोर्टल वेबसाइट पर जाएँ: waproviderone.org/client
- 1-800-562-3022 पर टोल-फ्री IVR को कॉल करें, दिए गए संकेतों का पालन करें।
- बदलाव के लिए ऑनलाइन अनुरोध करें: fortress.wa.gov/hca/p1contactus/
 - "क्लाइंट" चुनें।
 - "सेवा कार्ड" चुनने के लिए विषय चुनें ड्रॉपडाउन का इस्तेमाल करें।

नए कार्ड का कोई शुल्क नहीं लगता है। डाक से नया कार्ड मिलने में सात से 10 दिन का समय लगता है।

किसी प्रबंधित देखभाल योजना के बिना कवर की गई Apple Health सेवाएँ (जिन्हें सेवा के बदले शुल्क भी कहा जाता है)

HCA कुछ फ़ायदों और सेवाओं का सीधे भुगतान करता है, भले ही आपने कोई हेल्थ प्लान लिया हो। इन फ़ायदों में शामिल हैं:

- किसी डेंटल प्रोफ़ेशनल से डेंटल सेवाएँ,
- बच्चों के लिए नज़र के चश्मे (20 साल या इससे कम उम्र के),
- दीर्घकालिक देखभाल सेवाएँ और सहायता¹,
- फ़र्स्ट स्टेप्स मैटर्निटी सपोर्ट सर्विसेस (MSS), फ़र्स्ट स्टेप्स इन्फ़ैंट केस मैनेजमेंट (ICM), बच्चों के जन्म संबंधी शिक्षा, Substance Using Pregnant People (SUPP) प्रोग्राम, जन्म से पहले आनुवंशिक परामर्श, गर्भावस्था की समाप्ति और
- विकासात्मक विकलांगता वाले लोगों के लिए सेवाएँ।

इन फ़ायदों को पाने के लिए आपको सिर्फ़ अपने ProviderOne सेवा कार्ड की ज़रूरत पड़ेगी। आपके PCP या Molina Healthcare इन सेवाओं को एक्सेस करने और आपकी देखभाल में समन्वयन करने में आपकी मदद करेंगे। कवर किए गए फ़ायदों पर ज़्यादा जानकारी के लिए [पेज 22](#) देखें। अगर आप किसी फ़ायदे या यहां सूची में दी गई सेवा के बारे में सवाल पूछना चाहते हैं, तो हमें कॉल करें।

¹ Apple Health Expansion के तहत दीर्घवधि सेवाएँ और सहायता कवर नहीं की जाती।

हेल्थ प्लान बदलना

आपको किसी भी समय अपना हेल्थ प्लान बदलने का अधिकार है। आपके द्वारा बदलाव करने के बाद, अगले ही महीने आपका प्लान बदल सकता है। अपने नए प्लान के नेटवर्क में प्रदाताओं को देखने से पहले यह पक्का करें कि आपका प्लान बदल गया है।

अपना प्लान बदलने के कई तरीके हैं।

- Washington Healthplanfinder की वेबसाइट पर अपना प्लान बदलें: wahealthplanfinder.org
- ProviderOne के क्लाइंट पोर्टल पर जाएँ: waproviderone.org/client
- बदलाव के लिए ऑनलाइन अनुरोध करें: fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client
 - विषय "हेल्थ प्लान में नामांकन करें/बदलें" चुनें।
 - HCA को कॉल करें: 1-800-562-3022 (TRS: 711)।

अगर आप हेल्थ प्लान बदलने का फैसला लेते हैं, तो हम चिकित्सा के तौर पर ज़रूरी देखभाल में बदलने के लिए आपके नए प्लान पर काम करेंगे, ताकि आपको अपनी ज़रूरत की सेवाएँ मिलती रहें।

ध्यान दें: Patient Review and Coordination प्रोग्राम में नामांकित लोगों को एक साल तक उसी हेल्थ प्लान में रहना चाहिए। अगर आप कहीं और जाते हैं तो हमसे संपर्क करें।

अमेरिकन इंडियन और अलास्का के मूल निवासियों के लिए जानकारी

HCA, Washington के अमेरिकी इंडियन और अलास्का के मूल निवासियों को Apple Health कवरेज द्वारा प्रबंधित देखभाल योजना या प्रबंधित न की जाने वाली देखभाल योजना के Apple Health कवरेज के बीच चुनने का विकल्प देता है (जिसे सेवा के लिए शुल्क भी कहा जाता है)। HCA ऐसा संघीय नियमों का अनुपालन करने, इंडियन स्वास्थ्य सेवा वितरण प्रणाली को मान्यता देने और यह पक्का करने में मदद करने के लिए करता है कि आपके लिए सांस्कृतिक रूप से सबसे सही स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध हो। आप सवालों के लिए या अपना नामांकन बदलने के लिए HCA से 1-800-562-3022 पर संपर्क कर सकते हैं। आप किसी भी समय अपने चयन को बदल सकते हैं, लेकिन यह बदलाव अगले उपलब्ध महीने तक प्रभावी नहीं होगा।

अगर आप अमेरिकन इंडियन या Alaska के मूल निवासी हैं, तो आप किसी इंडियन सर्विस फ़ैसिलिटी, ट्राइबल हेल्थ केयर प्रोग्राम या Seattle इंडियन हेल्थ बोर्ड जैसे किसी अर्बन इंडियन हेल्थ प्रोग्राम (UIHP) या Spokane के नेटिव प्रोजेक्ट के ज़रिए स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ हासिल कर सकते हैं।

इन क्लिनिक के प्रदाता जानकार हैं और आपकी संस्कृति, समुदाय और स्वास्थ्य देखभाल की ज़रूरतों को समझते हैं। अगर आप किसी इंडियन हेल्थ सर्विस (IHS) फ़ैसिलिटी, ट्राइबल हेल्थ प्रोग्राम या UIHP के ज़रिए किसी ट्राइबल असिस्टर से जुड़े हैं या उनके साझेदार हैं, तो वे फैसला करने में आपकी मदद कर सकते हैं।

वे आपको आपकी ज़रूरत की देखभाल उपलब्ध कराएँगे या फिर आपको किसी विशेषज्ञ के पास भेजेंगे। वे यह फैसला करने में आपकी मदद कर सकते हैं कि प्रबंधित देखभाल वाला प्लान चुनना है या फिर बिना प्रबंधित देखभाल योजना वाला Apple Health कवरेज। अगर आप अपनी स्वास्थ्य देखभाल या अपने स्वास्थ्य देखभाल कवरेज के बारे में सवाल पूछना चाहते हैं, तो आपके ट्राइबल या UIHP कर्मचारी आपकी मदद कर सकते हैं।

Apple Health Expansion में नामांकित लोगों के लिए जानकारी

Apple Health Expansion एक नया प्रोग्राम है जिसे कुछ खास इमिग्रेशन स्थितियों वाले 19 साल या इससे ज़्यादा उम्र वाले लोगों को पूरी सीमा वाला स्वास्थ्य देखभाल कवरेज उपलब्ध कराने के लिए डिज़ाइन किया गया है। योग्य क्लाइंट में वे लोग शामिल हैं जो अपनी इमिग्रेशन स्थिति के आधार पर दूसरे Apple Health प्रोग्राम के लिए योग्य नहीं हो पाते। इस प्रोग्राम के तहत, आपका नामांकन आपके देश में ऑफ़र किए जाने वाले किसी हेल्थ प्लान में किया जाता है। यह हेल्थ प्लान आपकी स्वास्थ्य देखभाल का प्रबंधन करता है और सेवाएँ हासिल करने और अपनी देखभाल से समन्वयन करने में मदद के लिए यही आपका संपर्क बिंदु है।

Apple Health Expansion में दूसरे Apple Health प्रोग्राम में कवर की जाने वाली ज़्यादातर सेवाएँ शामिल हैं। अपने Apple Health Expansion कवरेज के तहत आपके पास मेडिकल, डेंटल, फ़ार्मसी और व्यवहारात्मक स्वास्थ्य सेवाओं का एक्सेस है।

Apple Health Expansion के तहत उपलब्ध कुछ सेवाओं में शामिल हैं:

- शारीरिक और आचरणगत स्वास्थ्य सेवाएँ
- दंत चिकित्सा सेवाएँ
- Apple Health के कवर किए गए अपॉइंटमेंट तक परिवहन
- इंटरप्रेटर सेवाएँ
- फ़ार्मसी (Apple Health की पसंदीदा दवा सूची में ओवर-द-काउंटर और प्रिस्क्रिप्शन दवाइयाँ शामिल हैं)
- विज़न हार्डवेयर (21 साल से कम उम्र के क्लाइंट के लिए)

कुछ सेवाएँ Apple Health Expansion कवरेज के तहत **उपलब्ध नहीं** हैं। इनमें ये शामिल हैं लेकिन ये इन्हीं तक सीमित नहीं हैं:

- शुरुआती और समय-समय पर स्क्रीनिंग, निदान और इलाज (EPSDT)
- सहायक सुपरविज़न
- Private duty nursing
- लंबे समय तक नर्सिंग फ़ैसिलिटी देखभाल
- तत्काल देखभाल सुविधा
- Health Home प्रोग्राम

आगे दिए गए Apple Health प्रोग्राम उपलब्ध हैं, चाहे नागरिकता या इमिग्रेशन की स्थिति कुछ भी हो।

- बच्चों के लिए Apple Health
- गर्भवती व्यक्तियों के लिए Apple Health
- गर्भवस्था के बाद का कवरेज
- केवल परिवार नियोजन

आपके अधिकार और निजता

हमारे लिए आपके स्वास्थ्य से जुड़ी जानकारी की सुरक्षा करना और उसे गोपनीय बनाए रखना कानूनन ज़रूरी है। हम फ़ायदे उपलब्ध कराने, इलाज करने, भुगतान करने और स्वास्थ्य सेवा संबंधी ऑपरेशंस करने के लिए आपकी जानकारी का इस्तेमाल करते हैं और उसे शेयर करते हैं। आपकी इमिग्रेशन स्थिति की सुरक्षा की जाएगी और आपको मिली देखभाल के संबंध में आपके द्वारा शिकायत दर्ज करने या पूछताछ करने पर आपके खिलाफ़ कोई कार्रवाई नहीं की जाएगी। निजता के बारे में ज़्यादा जानकारी इस मैन्युअल के **“हम आपकी निजता की रक्षा करते हैं”** सेक्शन के तहत मिल सकती है।

निजी स्वास्थ्य बीमा का इस्तेमाल करना और आपका Molina Healthcare कवरेज

कुछ नामांकित व्यक्तियों का निजी स्वास्थ्य बीमा हो सकता है। हम दूसरे बीमा के साथ मिलकर काम करके कुछ सह-भुगतान, कटौतियों और सेवाओं को कवर कर सकते हैं जिन्हें निजी स्वास्थ्य बीमा कवर नहीं करते।

पक्का करें कि आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता Molina Healthcare के प्रदाता नेटवर्क में मौजूद हैं या वे ऐसे किसी भी सह-भुगतान, कटौती या शेष राशि के लिए हमें बिल देने के लिए तैयार हैं, जिसे आपका निजी बीमा कवर नहीं करता है। इसकी मदद से आप अपनी जेब से होने वाले खर्च से बच जाएंगे।

जब आप डॉक्टर या दूसरे चिकित्सा प्रदाताओं के पास जाएँ, तो सभी कार्ड दिखाएँ। इसमें शामिल है:

- निजी स्वास्थ्य बीमा कार्ड,
- ProviderOne सेवा कार्ड और
- Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड।

Molina Healthcare से तुरंत संपर्क करें, अगर:

- आपका निजी स्वास्थ्य बीमा कवरेज खत्म हो जाता है,
- आपके निजी स्वास्थ्य बीमा कवरेज में बदलाव होता है या
- अपने निजी स्वास्थ्य बीमा के साथ Apple Health का इस्तेमाल करने के बारे में आपका कोई भी सवाल है।



स्वास्थ्य देखभाल पाने का तरीका

अपना प्राथमिक देखभाल प्रदाता (PCP) चुनने का तरीका

एक प्राथमिक देखभाल प्रदाता (PCP) चुनना महत्वपूर्ण है। आपको अपने PCP की जानकारी अपने सदस्य ID कार्ड पर मिल सकती है। अगर आप कोई PCP नहीं चुनते हैं, तो हम आपके लिए चुनेंगे। अगर आपको पहले से ही PCP दिख रहा है या आपने किसी प्रदाता के बारे में सुना है जिसे आप आजमाना चाहते हैं, तो प्रदाता का अनुरोध करें। आप जिस प्रदाता को देखना चाहते हैं अगर वह हमारे नेटवर्क में नहीं है, तो हम एक नया PCP ढूँढने में आपकी मदद कर सकते हैं। आपको देखभाल में रुकावट के बिना हेल्थ प्लान बदलने का अधिकार है। यह अधिकार HCA की देखभाल में बदलाव की नीति में दिया गया है।

परिवार के हर एक योग्य सदस्य का अपना खुद का PCP हो सकता है या फिर आप अपने परिवार के उन सभी योग्य सदस्यों की देखभाल के लिए एक PCP चुन सकते हैं, जिनके पास Apple Health का प्रबंधित देखभाल कवरेज है। आप MolinaProviderDirectory.com/WA पर या हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करके अपने या अपने परिवार के लिए किसी भी समय एक नया PCP चुन सकते हैं।

अपना पहला PCP अपॉइंटमेंट सेट करना

आपके PCP आपकी स्वास्थ्य देखभाल से जुड़ी ज़्यादातर ज़रूरतों का ख्याल रखेंगे। आपको जो सेवाएँ मिल सकती हैं उनमें शामिल हैं नियमित चेक-अप, इम्युनाइज़ेशन (शॉट्स) और दूसरे इलाज।

किसी PCP का रोगी बनने के लिए, उन्हें चुनते ही तुरंत एक अपॉइंटमेंट लें। इससे हमें आपकी ज़रूरत के समय आपको देखभाल दिलाने में मदद मिलेगी।

आपके शारीरिक और व्यवहारात्मक स्वास्थ्य इतिहास के बारे में ज़्यादा से ज़्यादा जान लेना आपके PCP के लिए मददगार होता है। अपने ProviderOne सेवा कार्ड, Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड और दूसरे किसी भी बीमा कार्ड को साथ ले जाना न भूलें। अपना स्वास्थ्य इतिहास लिखकर रखें। इनमें से किसी की भी सूची बना लें:

- आपकी मेडिकल या आचरणगत स्वास्थ्य चिंताएं,
- आप जो दवाइयाँ लेते हैं और
- वे सवाल जो आप अपने PCP से पूछना चाहते हैं।

अगर आप अपॉइंटमेंट कैसल करना चाहते हैं, तो जितनी जल्दी हो सके अपने PCP को बता दें।

खास देखभाल और रेफ़रल पाने का तरीका

अगर आपको ऐसी देखभाल चाहिए जो आपके PCP नहीं दे सकते हैं, तो वे आपको किसी विशेषज्ञ के पास भेजेंगे। आपके PCP आपको समझा सकते हैं कि रेफ़रल किस तरह काम करते हैं। अगर आपको लगता है कि विशेषज्ञ आपकी ज़रूरतों को पूरा नहीं करते हैं, तो अपने PCP से बात करें। इसकी मदद से आप किसी दूसरे विशेषज्ञ से मिल सकते हैं।

आपको कुछ इलाज या सेवाएँ देने से पहले, आपके PCP को हमसे पूर्व-अनुमोदन या पहले से मंजूरी लेनी होगी। आपके PCP आपको बता सकते हैं कि किन सेवाओं के लिए पूर्व-अनुमोदन की ज़रूरत है या फिर आप हमें कॉल करके पूछ सकते हैं।

अगर हमारे नेटवर्क में कोई विशेषज्ञ नहीं है, तो हम आपको हमारे नेटवर्क के बाहर के किसी विशेषज्ञ से ज़रूरी देखभाल दिलाएँगे। हमारे नेटवर्क के बाहर की किसी भी विज़िट के लिए हमें पहले से अनुमति लेने की ज़रूरत पड़ सकती है। इसके बारे में अपने PCP से चर्चा करें।

आपके PCP हमसे चिकित्सा जानकारी के साथ पहले से मंजूरी देने का अनुरोध करेंगे, ताकि वे हमें बता सकें कि आपको इस देखभाल की ज़रूरत क्यों है। हमारे लिए अनुरोध के पाँच दिनों के अंदर आपके PCP को जवाब देना ज़रूरी होगा। हम आपको ज़्यादा से ज़्यादा 14 दिनों में अंदर हमारे फ़ैसले के बारे में बता देंगे।

अगर हम इस अनुरोध को नामंजूर करते हैं और आप हमारे फ़ैसले से असहमत हैं, तो आपको अपील करने का अधिकार है। इसका मतलब है कि आप हमसे किसी दूसरे व्यक्ति से इस अनुरोध की समीक्षा करने के लिए कह सकते हैं। ज़्यादा जानकारी के लिए **पेज 50** देखें। अगर आपके PCP या Molina Healthcare आपको हमारे नेटवर्क से बाहर के किसी विशेषज्ञ के पास भेजते हैं और हम इसकी पहले से मंजूरी देते हैं, तो आप किसी भी खर्च के लिए ज़िम्मेदार नहीं हैं।

वे सेवाएं जो आप रेफ़रल के बिना हासिल कर सकते हैं

आपको हमारे नेटवर्क के किसी प्रदाता से मिलने के लिए अपने PCP से रेफ़रल की ज़रूरत नहीं है, अगर आपको इनकी ज़रूरत हो:

- आचरणगत स्वास्थ्य संकटकालीन प्रतिसाद सेवाओं में शामिल हैं:
 - संकटकालीन हस्तक्षेप
 - मूल्यांकन और उपचार सेवाएँ
- परिवार नियोजन सेवाएँ
- HIV या AIDS का परीक्षण
- प्रतिरक्षण
- बाह्यरोगी आचरणगत स्वास्थ्य सेवाएँ
- यौन रूप से संचारित रोग का इलाज और फ़ॉलो-अप देखभाल
- ट्यूबरक्लोसिस जांच और फ़ॉलो-अप देखभाल
- महिलाओं की स्वास्थ्य सेवाओं में शामिल हैं:
 - मातृत्व से जुड़ी सेवाएँ जिनमें मिडवाइफ़ की सेवाएँ शामिल हैं और
 - स्तन या पेल्विक परीक्षण

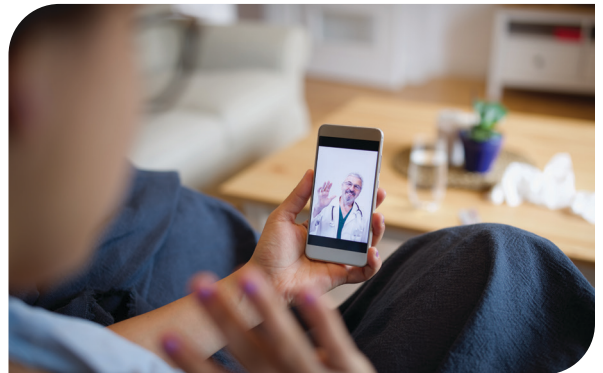
टेलीहेल्थ/टेलीमेडिसिन

अगर आपके प्रदाता इसे सपोर्ट करते हैं, तो आप व्यक्तिगत अपॉइंटमेंट के बजाय फ़ोन या कंप्यूटर पर अपने प्रदाता से मिल सकते हैं। इसे टेलीमेडिसिन के नाम से जाना जाता है। टेलीहेल्थ (जिसे टेलीमेडिसिन भी कहा जाता है) निजी, इंटरैक्टिव और रियल-टाइम ऑडियो या ऑडियो वीडियो कम्यूनिकेशन होने चाहिए। आपके

Apple Health कवरेज के तहत वर्चुअल तत्काल देखभाल भी एक विकल्प है। ज़्यादा जानकारी **पेज 39** पर मिल सकती है।

आप अपने प्रदाता से जानकारी शेयर करके एक ही जगह पर रहे बिना, निदान और इलाज पा सकते हैं।

अपने क्लिनिक से पूछें कि क्या वे टेलीहेल्थ सेवाएँ ऑफ़र करते हैं। आप [Molinahealthcare.com/WA-Telehealth](https://www.molinahealthcare.com/WA-Telehealth) पर ज़्यादा जान सकते हैं।



आपको Molina Healthcare के डॉक्टर, फ़ार्मसी, आचरणगत स्वास्थ्य प्रदाताओं के पास और अस्पतालों में जाना चाहिए

आपको उन शारीरिक और व्यवहारात्मक स्वास्थ्य प्रदाताओं की सेवाएँ लेनी होंगी, जो Molina Healthcare के साथ काम करते हैं। हमारे पास आपके लिए अस्पताल और फ़ार्मसी भी उपलब्ध हैं। आप हमारे प्रदाताओं, फ़ार्मसी और अस्पतालों के बारे में जानकारी वाली डायरेक्टरी का अनुरोध कर सकते हैं। निर्देशिकाओं में शामिल हैं:

- अस्पताल और फ़ार्मसी।
- प्रदाता का नाम, स्थान और फ़ोन नंबर।
- विशेषज्ञता, योग्यताएँ और मेडिकल डिग्री।
- उस मेडिकल स्कूल का नाम जिसमें आपने पढ़ाई की है, रेसीडेंसी की पूर्णता और बोर्ड सर्टिफ़िकेशन की स्थिति।
- वे प्रदाता जो भाषा बोलते हैं।
- प्रदाता किस तरह के रोगी (वयस्क, बच्चे वगैरह) देखते हैं।
- यह पहचान करना कि कौन से PCP नए रोगी स्वीकार कर रहे हैं।

निर्देशिका पाने के लिए, हमारी सदस्य सेवा लाइन को 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें या फिर हमारी वेबसाइट MolinaProviderDirectory.com/WA पर जाएँ।

स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं का भुगतान

Apple Health का क्लाइंट होने के नाते, आपके पास किसी भी कवर की गई सेवा के लिए कोई भी सह-भुगतान या कटौती नहीं है। आपको अपनी सेवाओं के लिए शुल्क चुकाना पड़ सकता है, अगर:

- आपको ऐसी सेवा मिलती है जिसे Apple Health में कवर नहीं किया जाता है, जैसे कि कॉस्मेटिक सर्जरी।
- आपको ऐसी सेवा मिलती है जो मेडिकल तौर पर ज़रूरी नहीं है।
- आपको अपने हेल्थ प्लान का नाम नहीं पता है और आपको जो सेवा प्रदाता दिख रहा है, उसे बिल भेजने का तरीका नहीं पता है।
 - आपको जब भी सेवाओं की ज़रूरत हो, तो अपने ProviderOne सेवा कार्ड और हेल्थ प्लान सदस्य ID कार्ड को अपने साथ ले जाना महत्वपूर्ण है।
- आपको किसी ऐसे सेवा प्रदाता की ओर से देखभाल मिलती है जो हमारे नेटवर्क में नहीं है और यह आपके हेल्थ प्लान में मिलने वाली कोई आपातकालीन या पहले से मंजूर की गई सुविधा नहीं है।
- आप किसी विशेषज्ञ से देखभाल पाने के हमारे नियमों का पालन नहीं करते हैं।

प्रदाताओं को कवर की गई सेवाओं के लिए आपसे भुगतान नहीं माँगना चाहिए। अगर आपको बिल मिलता है, तो हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें। हम आपके प्रदाता के साथ काम करके यह पक्का करेंगे कि वे सही तरीके से बिल भेज रहे हैं।

Quality Improvement प्रोग्राम

Molina Healthcare Quality Improvement प्रोग्राम यह पक्का करने का काम करता है कि सदस्यों को अपने प्रदाता नेटवर्क और हेल्थ प्लान से अच्छी देखभाल और उपयोगी सेवाएँ मिलें।

Molina Healthcare's Quality Improvement प्रोग्राम:

- यह पक्का करता है कि आपके पास किसी योग्य स्वास्थ्य देखभाल टीम का एक्सेस हो।
- अगर उपलब्ध कराई गई देखभाल की गुणवत्ता में कोई समस्या हो, तो उसकी समीक्षा करता है और कार्रवाई करता है।
- हमारे सदस्यों की सांस्कृतिक तौर पर और भाषा के स्तर पर अलग-अलग ज़रूरतों का जवाब देता है।
- हमारे सदस्यों और प्रदाताओं के लिए शिक्षा के ज़रिए स्वास्थ्य देखभाल में सुरक्षा को बढ़ावा देता है।
- सदस्यों को यह जानने में मदद करने के लिए **स्वस्थ रहने के सुझाव** दिए जाते हैं कि उन्हें किन सेवाओं की ज़रूरत है और उनकी ज़रूरत कब है।
- हमारे प्रोग्राम और सेवाएं प्राप्त करने में सदस्यों की मदद करने के लिए, **गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य देखभाल प्राप्त करने की मार्गदर्शिका** उपलब्ध कराता है।
- **HEDIS®** (हेल्थकेयर इफ़ेक्टिवनेस डेटा एंड इंफ़ॉर्मेशन सेट) के ज़रिए हमारी परफ़ॉर्मेंस को ट्रैक करता है और उसका मूल्यांकन करता है।
 - HEDIS® स्वास्थ्य की देखभाल करने के सबसे बड़े पैमाने पर इस्तेमाल होने वाले परफ़ॉर्मेंस सुधार टूल में से एक है जो स्वास्थ्य की देखभाल की गुणवत्ता के कई पहलुओं जैसे कि निवारक और तंदुरुस्ती की स्क्रीनिंग, डायबिटीज़ का प्रबंधन, गर्भावस्था के लिए प्रसव से पहले और उसके बाद देखभाल और बच्चों के लिए वैक्सिनेशन की तुलना करने में मदद करता है।
- हमारे सदस्यों को सर्वे ऑफ़र करता है, ताकि वे हमें हेल्थ प्लान और **CAHPS®** (कंज़्यूमर असेसमेंट ऑफ़ हेल्थकेयर प्रोवाइडर्स एंड सिस्टम्स) के साथ अपने अनुभव और संतुष्टि के बारे में बता सकें।

हमारी प्रक्रियाओं, लक्ष्यों और परिणामों के बारे में जानने के लिए, क्योंकि वे आपकी सदस्य देखभाल और सेवाओं से जुड़े होते हैं, यहाँ जाएँ: MolinaHealthcare.com/WAQIProgram।

सेहतमंद तरीके से जीने पर सदस्य जानकारी के लिए, यहाँ जाएँ:

Molinahealthcare.com/MHWMedicaidPublications या MolinaHealthcare.com/StayingHealthy।

अगर आपको Molina Healthcare के Quality Improvement प्रोग्राम के ब्यौरे या प्रोग्रेस रिपोर्ट की कॉपी चाहिए, तो कृपया 1-800-869-7165 (TTY 711) पर सदस्य सेवाओं को कॉल करें।

Utilization Management प्रोग्राम

Molina Healthcare चाहता है कि आपको ऐसी देखभाल मिले जो आपके लिए सही हो और ऐसी देखभाल न मिले जिसकी आपको ज़रूरत न हो। हम यह सुनिश्चित करने में मदद करते हैं कि चिकित्सा संबंधी आवश्यकताओं, उनकी उपयुक्तता और कवर किए गए लाभों पर आधारित निर्णय लेकर आपको सही स्तर की देखभाल मिले।

हम न कहने के लिए, ये निर्णय लेने वाले स्टाफ़ को कोई इनाम नहीं देते हैं। इससे सुनिश्चित होता है कि हमारे निर्णय निष्पक्ष हों। अगर आपको इस बारे में कोई प्रश्न पूछना है कि ये निर्णय कैसे लिए जाते हैं, तो Molina Healthcare को 1-800-869-7165 (TTY 711) पर, सुबह 7:30 – शाम 6:30, सोमवार – शुक्रवार तक कॉल करें।

हम नई तकनीक का मूल्यांकन कैसे करते हैं

हम यह तय करने के लिए नए उपकरणों, दवाओं और प्रक्रियाओं की समीक्षा करते हैं कि चिकित्सा संबंधी आवश्यकताओं के आधार पर उन्हें कवर किया जाना चाहिए या नहीं। कुछ नए उपकरण, दवा और प्रक्रियाओं का परीक्षण अब भी किया जा रहा है, ताकि यह देखा जा सके कि वे सच में मदद करते हैं या नहीं। अगर उनका परीक्षण अब भी किया जा रहा है, तो उन्हें प्रयोगात्मक या अन्वेषणात्मक कहा जाता है। इन सेवाओं को शोध के बाद कवर किया जाता है और Molina Healthcare पक्का करता है कि वे नुकसानदायी होने के बजाय ज़्यादा फ़ायदेमंद हों। अगर आप और जानकारी पाना चाहते हैं, तो हमसे 1-800-869-7165 (TTY 711) पर, सुबह 7:30 – शाम 6:30, सोमवार – शुक्रवार तक संपर्क करें।



आपातकालीन स्थिति में या जब आप घर से दूर हों तब देखभाल पाना

आपातकालीन स्थिति में

अगर आपको अचानक या कोई गंभीर स्वास्थ्य समस्या हो, जो आपके हिसाब से आपात स्थिति हो, तो 911 पर कॉल करें या नज़दीकी आपातकालीन विभाग में जाएँ।

उसके बाद हमें यह बताने के लिए जल्दी से जल्दी कॉल करें कि आप किसी आपात स्थिति में थे और आपने देखभाल कहाँ प्राप्त की थी। किसी आपात स्थिति के मामले में देखभाल पाने के लिए आपको पहले से अनुमति की ज़रूरत नहीं होती है। अगर आप किसी आपात स्थिति में हैं, तो आप किसी भी अस्पताल या आपातकालीन सेटिंग का उपयोग कर सकते हैं।

अस्पताल के आपातकालीन विभाग में केवल तभी जाएँ, जब कोई आपात स्थिति हो। सामान्य देखभाल के लिए आपातकालीन विभाग में न जाएँ।

अगर आपको तत्काल देखभाल की ज़रूरत हो

आपकी चोट या बीमारी ऐसी हो सकती है जो कोई आपातकालीन स्थिति नहीं है लेकिन उसे तत्काल देखभाल की ज़रूरत है। हमारे नेटवर्क में तत्काल देखभाल सुविधाएँ ढूँढने के लिए 1-800-869-7165 (TTY 711) पर हमसे संपर्क करें या MolinaProviderDirectory.com/WA पर हमारी वेबसाइट देखें। किसी तत्काल देखभाल सुविधा पर जाना है या नहीं, इससे जुड़ा आपका कोई भी प्रश्न होने पर हमारी 24-घंटे उपलब्ध नर्स लाइन को 1-888-275-8750 (TTY 711) पर कॉल करें। यह लाइन सप्ताह के (7) दिन खुली रहती है।

अगर आपको कुछ घंटों के बाद देखभाल की ज़रूरत हो

सहायता के लिए हमारी 24-घंटे नर्स लाइन को 1-888-275-8750 (TTY 711) पर कॉल करें और सहायता माँगें।

आप अपने हेल्थ प्लान की वर्चुअल तत्काल देखभाल सेवा को फ़ोन, स्मार्टफ़ोन, टैबलेट या कंप्यूटर से भी 1-800-835-2362 (TTY 711) पर कॉल कर सकते हैं, Teladoc.com/MolinaWa पर जा सकते हैं या फिर Teladoc ऐप डाउनलोड कर सकते हैं: Teladoc.com/mobile.

यह पता करने के लिए अपने PCP को कॉल करें, व्यक्तिगत रूप से या टेलीहेल्थ के जरिए मिलें कि वे काम के समय के बाद में देखभाल देते हैं या नहीं।

आचरणगत स्वास्थ्य संकट

आचरणगत स्वास्थ्य आपातकालीन स्थिति/संकट के उदाहरणों में शामिल हो सकता है जब कोई:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • खुद को और/या दूसरों को नुकसान पहुँचाने या मारने की धमकी देता है या इस बारे में बात करता है • हताश महसूस करता है • गुस्सा या अनियंत्रित क्रोध महसूस करता है • फ़ंसा हुआ महसूस करता है, जैसे बाहर निकलने का कोई तरीका ही न हो • लापरवाही भरे व्यवहार में शामिल हो जाता है | <ul style="list-style-type: none"> • फ़िक्रमंद, उत्तेजित महसूस करता है या सो नहीं पाता है • दोस्तों और परिवार से दूर हो जाता है • मूड में अचानक होने वाले बदलावों का सामना करता है • जीने की कोई वजह नहीं देखता है • शराब और नशे का इस्तेमाल बढ़ा लेता है |
|---|--|

अगर आप आपकी जान-पहचान का कोई व्यक्ति मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी आपदा का अनुभव कर रहा है, तो अपने देश की आपदा लाइन पर कॉल करें।

- **तुरंत मदद के लिए:** जीवन-घातक आपात स्थिति के लिए 911 पर या मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी आपात स्थिति के लिए 988 पर कॉल करें।
- **किसी मानसिक स्वास्थ्य संकट या आत्महत्या के विचारों के संबंध में तत्काल मदद के लिए: राष्ट्रीय आत्महत्या रोकथाम लाइफ़लाइन** से संपर्क करें 1-800-273-8255 (TRS: 1-800-799-4889) या फिर 988 पर कॉल करें या मैसेज भेजें। यह लाइन मुफ्त, गोपनीय और 24/7/365 उपलब्ध है। अगर आपको अपने किसी प्रियजन की चिंता है, जिन्हें आपदा सहायता की ज़रूरत हो सकती है, तो आप 988 भी डायल कर सकते हैं।

Washington रिकवरी हेल्प लाइन उन लोगों के लिए एक 24-घंटे की आपदा सहायता और रेफ़रल लाइन है, जो मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं, नशीले पदार्थ के उपयोग के विकार संबंधी उपचार की सेवाओं और जुए की लत से जूझ रहे हैं। 1-866-789-1511 या 1-206-461-3219 (TTY) पर कॉल या टेक्स्ट करें, recovery@crisisclinic.org पर ईमेल करें या warecoveryhelpline.org पर जाएँ। किशोर व्यक्ति खास समय के दौरान किशोरों से जुड़ सकते हैं: 1-866-833-6546, teenlink@crisisclinic.org या teenlink.org।

काउंटी संकटकालीन लाइन के फ़ोन नंबर

आप अपने या किसी मित्र या पारिवारिक सदस्य की सहायता का अनुरोध करने के लिए अपनी स्थानीय आपदा लाइन पर कॉल कर सकते हैं। काउंटी का संकटकालीन नंबर नीचे देखें:

रीजन	काउंटी	संकटकालीन लाइनें
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	1-800-803-8833
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	1-888-544-9986
King	King	1-866-427-4747
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	1-800-852-2923
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	1-800-584-3578
Pierce	Pierce	1-800-576-7764
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	1-888-910-0416
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	1-877-266-1818
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	1-800-626-8137
Thurston-Mason	Mason, Thurston	1-800-270-0041

जब कोई स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आपको देखेगा, तब के लिए अपेक्षाएं

प्रदाता से मिलने के लिए इंतज़ार का समय आपकी देखभाल की ज़रूरतों पर निर्भर करता है। प्रदाता से मिलने के लिए इंतज़ार का संभावित समय नीचे देखें।

- **आपातकालीन देखभाल:** दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सात दिन उपलब्ध।
- **तत्काल देखभाल:** 24 घंटे के अंदर आपके PCP, व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य प्रदाता, तत्काल देखभाल क्लीनिक या अन्य प्रदाता के साथ ऑफ़िस विज़िट।
- **नियमित देखभाल:** 10 दिन के अंदर आपके PCP, व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य प्रदाता, तत्काल देखभाल क्लीनिक या अन्य प्रदाता के साथ ऑफ़िस विज़िट। जो स्वास्थ्य समस्याएँ, जो तत्काल श्रेणी की या आपात स्थिति नहीं आती हैं, उनके लिए सामान्य देखभाल का प्रबंध किया जाता है और उसमें प्रदाता से नियमित रूप से विज़िट शामिल होती हैं।
- **निवारक देखभाल:** आपके PCP या अन्य प्रदाता के साथ 30 दिनों के अंदर ऑफ़िस विज़िट। निवारक देखभाल के उदाहरणों में शामिल हैं:
 - सालाना शारीरिक जाँच (जिन्हें चेक-अप भी कहा जाता है),
 - वेल-चाइल्ड विज़िट,
 - महिलाओं के स्वास्थ्य की सालाना देखभाल और
 - प्रतिरक्षण (शॉट्स)।

किसी प्रदाता से मिलने में ऊपर दिए गए से ज़्यादा समय लग रहा है, तो हमसे संपर्क करें।



आपके फ़ायदे

Molina Healthcare में कवर होने वाले फ़ायदे

यह अनुभाग Molina Healthcare द्वारा कवर किए जाने वाले लाभ और सेवाएँ दिखाता है। यह कवर की गई सेवाओं की पूरी सूची नहीं है। अगर आपकी ज़रूरत की सेवा सूची में नहीं है, तो अपने प्रदाता से पूछें या हमसे संपर्क करें। आप हमारे लाभ और सेवाएँ MolinaHealthcare.com/WA पर देख सकते हैं।

कवर की गई स्वास्थ्य संबंधी देखभाल सेवाओं के लिए पहले से मंजूरी की ज़रूरत हो सकती है। कवर नहीं की गई सभी सेवाओं के लिए हमारी ओर से पहले से मंजूरी की ज़रूरत है। प्रबंधित देखभाल योजना के बिना Apple Health के माध्यम से कवर नहीं की गई सेवाओं के लिए HCA से पहले मंजूरी लेना ज़रूरी होता है।

कुछ सेवाएँ विज़िट की संख्या द्वारा सीमित हैं। अगर आपको और विज़िट की ज़रूरत हो, तो आपका प्रदाता सीमा बढ़ाने (LE) का अनुरोध कर सकता है। अगर आपको कवर नहीं की जाने वाली सेवाएँ चाहिए, तो अपने प्रदाता से नियम में अपवाद (ETR) का अनुरोध करने के लिए कहें।

कुछ सेवाएँ प्राप्त करने से पहले आपको अपने PCP से रेफ़रल और/या Molina Healthcare से पहले मंजूरी लेना ज़रूरी हो सकता है। अगर आपने रेफ़रल या पहले से मंजूरी नहीं ली है, तो हो सकता है कि हम उन सेवाओं के लिए भुगतान न करें। सेवा हासिल करने से पहले यह सुनिश्चित करने के लिए अपने PCP के साथ मिलकर काम करें कि पहले से मंजूरी मिल चुकी है।

सामान्य सेवाएँ और आपातकालीन देखभाल

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
आपातकालीन सेवाएँ	United States में सभी जगह प्रति दिन 24 घंटे, प्रति सप्ताह सात दिन उपलब्ध।
अस्पताल, अंतःरोगी और बाह्यरोगी सेवाएँ	समस्त गैर-आपातकालीन देखभाल के लिए हमारी ओर से मंजूरी मिलना ज़रूरी है।
तत्काल देखभाल	तत्काल देखभाल का उपयोग तब करें, जब आपको कोई ऐसी समस्या हो जिसमें तुरंत देखभाल की ज़रूरत हो, लेकिन आपके जीवन को खतरा नहीं हो।
निवारक देखभाल	पेज 21 देखें
अस्पताल में अंतःरोगी पुनर्वास (शारीरिक चिकित्सा)	हमारी ओर से स्वीकृत होना चाहिए।
प्रतिरक्षण/ टीकाकरण	हमारे सदस्य उनके PCP, फ़ार्मसी या स्थानीय स्वास्थ्य विभाग की ओर से इम्युनाइज़ेशन के लिए पात्र हैं। अपनी इम्युनाइज़ेशन सीरीज़ का समय तय करने के बारे में अधिक जानकारी के लिए अपने प्रदाता से पूछें या सदस्य सेवाओं से संपर्क करें। अधिक जानकारी के लिए आप स्वास्थ्य विभाग doh.wa.gov/youandyourfamily/immunization पर भी जा सकते हैं।

कुशल नर्सिंग सुविधा (SNF)	कुछ समय के लिए कवर किया गया, चिकित्सकीय रूप से आवश्यक सेवाएं। अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध हो सकती हैं। हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
---------------------------	--

फ़ार्मसी या दवा की पर्ची

Apple Health प्राथमिकता वाली दवाओं की सूची (PDL) नाम की एक कवर की गई दवाओं की सूची का उपयोग करते हैं। PDL दवाओं की एक सूची होती है जिन्हें Molina Healthcare कवर करता है। आपके प्रदाता को आपको वे दवाएँ लिखनी चाहिए, जो PDL में हों। आप हमें कॉल करके निम्नलिखित की मांग कर सकते हैं:

- PDL की एक प्रति।
- प्रदाताओं और फ़ार्मासिस्ट के उस समूह के बारे में जानकारी, जिन्होंने PDL का निर्माण किया है।
- कौन-सी दवाएँ कवर की जाती हैं, इसे तय करने के हमारे तरीके के बारे में हमारी नीति की एक कॉपी।
- PDL में गैर-मौजूद दवा की अनुमति के लिए पूछने का तरीका।

कुछ दवाएँ Apple Health द्वारा किसी प्रबंधित देखभाल योजना के बिना कवर की जाती हैं। प्रश्न पूछने या अधिक जानने के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।

आपको हमारे प्रदाता नेटवर्क की किसी फ़ार्मसी से दवाएँ प्राप्त करनी होंगी। इससे सुनिश्चित होता है कि आपके प्रिस्क्रिप्शन को कवर किया जाएगा। अपने आस-पास फ़ार्मसी ढूँढने में मदद पाने के लिए हमें कॉल करें।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
फ़ार्मसी संबंधी सेवाएँ	सदस्यों को भागीदार फ़ार्मसियों का उपयोग करना चाहिए। हम Apple Health PDL का उपयोग करते हैं। फ़ार्मसी की सूची पाने के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।

बच्चों के लिए स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ

21 साल से कम उम्र के बच्चों और युवाओं के पास एक स्वास्थ्य देखभाल लाभ होता है, जिसे अर्ली एंड पीरियोडिक स्क्रीनिंग, डायग्नोस्टिक एंड ट्रीटमेंट (EPSDT)² कहा जाता है। EPSDT में स्क्रीनिंग, निदान और उपचार सेवाओं की पूरी रेंज शामिल होती है। स्क्रीनिंग से संभावित शारीरिक, व्यवहार या विकास संबंधी स्वास्थ्य देखभाल की ऐसी ज़रूरतों को पहचानने में मदद मिल सकती है, जिनमें अतिरिक्त निदान और उपचार की ज़रूरत पड़ सकती है।

EPSDT में ऐसी कोई भी नैदानिक जाँच और चिकित्सीय रूप से ज़रूरी उपचार शामिल होते हैं, जो किसी शारीरिक या व्यवहार संबंधी अस्वस्थता को ठीक करने या बेहतर करने के लिए आवश्यक होते हैं। इसमें ऐसे किसी बच्चे की सहायता करने के लिए आवश्यक अतिरिक्त सेवाएँ शामिल होती हैं, जिसका विकास देरी से हो रहा है।

इन सेवाओं का लक्ष्य स्थितियों को बिगड़ने से रोकने और किसी बच्चे की स्वास्थ्य देखभाल समस्या को कम करने का होता है। EPSDT बच्चों और युवाओं के लिए स्वास्थ्य देखभाल पर जल्दी और नियमित पहुँच को प्रोत्साहित करता है।

² Apple Health Expansion के अंतर्गत EPSDT कवर नहीं है।

EPSDT स्क्रीनिंग को कभी-कभी वेल-चाइल्ड या वेल-केयर चेक-अप कहा जाता है। 3 साल से कम उम्र के बच्चे ब्राइट प्रयूचर्स EPSDT शेड्यूल के अनुसार वेल-चाइल्ड चेक-अप के पात्र होते हैं और 3-20 साल की उम्र के बच्चे हर कैलेंडर वर्ष में वेल-चाइल्ड चेक-अप के लिए पात्र होते हैं। किसी स्वस्थ बच्चे की जांच में निम्नलिखित बातें शामिल होनी चाहिए:

- संपूर्ण स्वास्थ्य और विकासात्मक इतिहास।
- एक पूर्ण शारीरिक जांच।
- उम्र और स्वास्थ्य संबंधी इतिहास पर आधारित स्वास्थ्य से जुड़ा शिक्षण और काउंसिलिंग।
- आँखों की जांच।
- सुनने की क्षमता की जांच।
- प्रयोगशाला में जांच।
- लेड जांच।
- खाने या सोने से जुड़ी समस्याओं की समीक्षा।
- Access to Baby and Child Dentistry (ABCD) योग्य PCP द्वारा मुख स्वास्थ्य स्क्रीनिंग और मुख स्वास्थ्य सेवाएँ।
- प्रतिरक्षण (शॉट्स)।
- मानसिक स्वास्थ्य की जांच।
- मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार की जांच।

जब किसी बच्चे के चिकित्सा प्रदाता द्वारा किसी स्वास्थ्य स्थिति का निदान किया जाता है, तो बच्चे के प्रदाता:

- बच्चे का उपचार करेंगे, अगर यह प्रदाता के चिकित्सा दायरे में है; या
- बच्चे को उपचार के लिए किसी उपयुक्त विशेषज्ञ के पास रेफ़र करेंगे, जिसमें अतिरिक्त जांच या विशेष आकलन शामिल हो सकते हैं, जैसे:
 - विकासात्मक मूल्यांकन,
 - व्यापक मानसिक स्वास्थ्य,
 - मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार का आकलन, या
 - पोषण संबंधी परामर्श।
- उपचार प्रदाता अपनी सेवाओं के परिणामों को EPSDT स्क्रीनिंग प्रदाता(ओं) को रेफ़र करेंगे। 20 वर्ष और उससे कम उम्र के बच्चों के लिए सभी सेवाओं, जिनमें गैर-कवर की गई सेवाएं भी शामिल हैं, उनकी चिकित्सा से जुड़ी आवश्यकता के लिए समीक्षा की जानी चाहिए।

अतिरिक्त सेवाओं में शामिल हैं:

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
ऑटिज़्म की जांच	सभी बच्चों के लिए 18 महीने और 24 महीने की उम्र पर उपलब्ध।
काइरोप्राैक्टिक देखभाल	20 साल और उससे कम उम्र के बच्चों के लिए आपके PCP के रेफ़रल के साथ।
विकासात्मक जांच	सभी बच्चों के लिए स्क्रीनिंग नौ महीने, 18 महीने और 24 और 30 महीने के बीच की उम्र पर उपलब्ध है।
Private Duty Nursing (PDN) या Medically Intensive Children का प्रोग्राम (MICP) ¹	17 और उससे कम की उम्र के बच्चों के लिए कवर किया जाता है। हमारी ओर से स्वीकृत होना चाहिए। 18 से 20 साल के युवाओं के लिए, इसे एजिंग एंड लॉन्ग-टर्म सपोर्ट एडमिनिस्ट्रेशन (ALISA) ¹ के ज़रिए कवर किया जाता है। संपर्क जानकारी के लिए पेज 45 देखें।

¹ Apple Health Expansion के तहत दीर्घावधि सेवाएँ और सहायता कवर नहीं की जाती।



आचरणगत स्वास्थ्य

व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य सेवाओं में मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के उपयोग संबंधी विकार के उपचार की सेवाएँ शामिल हैं। अगर आपको काउंसिलिंग, जाँच या व्यवहार संबंधी सहायता की ज़रूरत है, तो हम प्रदाता ढूँढने में आपकी मदद कर सकते हैं। हमसे 1-800-869-7165 (TTY 711) पर संपर्क करें या हमारी प्रदाता डायरेक्टरी से कोई प्रदाता चुनें।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
व्यावहारिक आचरण के विश्लेषण (ABA)	ऑटिज़्म स्पेक्ट्रम विकारों और विकास संबंधी अन्य विकलांगता से प्रभावित लोगों की सहायता उनके संचार, सामाजिक और व्यवहार संबंधी कौशल को सुधारने में करता है।
मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार (SUD) की उपचार सेवाएं	SUD उपचार सेवाओं में शामिल हो सकते हैं: <ul style="list-style-type: none"> • आकलन • संक्षिप्त हस्तक्षेप और उपचार के लिए रेफ़रल • व्यक्तिगत, पारिवारिक और समूह थेरेपी • बाह्यरोगी, आवासीय और अंतःरोगी • मादक द्रव्य प्रतिस्थापन उपचार सेवाएं • केस प्रबंधन • सहकर्मी सहायता • संकटकालीन सेवाएं • निकासी प्रबंधन (विषहरण)
मानसिक स्वास्थ्य उपचार	मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ तब कवर की जाती हैं, जब वे किसी व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य एजेंसी द्वारा प्रदान की जाती हैं या किसी साइकाइटिस्ट, सायकोलॉजिस्ट, लाइसेंस प्राप्त मानसिक स्वास्थ्य काउंसिलर, लायसेंस प्राप्त क्लिनिकल सामाजिक कार्यकर्ता या लायसेंस प्राप्त वैवाहिक और पारिवारिक थेरेपिस्ट द्वारा प्रदान की जाती हैं। मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में शामिल हो सकते हैं: <ul style="list-style-type: none"> • सेवन मूल्यांकन, आकलन और जांच • सहकर्मी सहायता • मानसिक स्वास्थ्य उपचार हस्तक्षेप जैसे: <ul style="list-style-type: none"> ○ व्यक्तिगत, पारिवारिक और समूह थेरेपी ○ बाह्यरोगी, आवासीय और अंतःरोगी ○ गहन और संक्षिप्त उपचार मॉडल • संकटकालीन सेवाएं • दवा प्रबंधन और निगरानी • देखभाल प्रबंधन और सामुदायिक एकीकरण
ओपियोइड विकार के लिए दवाएं (MOUD)	पहले इसे मेडिकेशन असिस्टेड ट्रीटमेंट (MAT) कहा जाता था। नशीले पदार्थ के सेवन के कुछ विकारों के उपचार में उपयोग की जाने वाली दवाएँ। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
जुए की समस्या से जुड़े विकार के उपचार में हस्तक्षेप	कवर की गई सेवा में शामिल हैं: <ul style="list-style-type: none"> • आकलन • चिकित्सीय व्यक्तिगत, पारिवारिक और/या समूह सेवाएं

Washington स्टेट फ़ैमिली यूथ सिस्टम पार्टनर राउंड टेबल (FYSPRT) बच्चों, युवाओं और परिवारों की व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य की अलग-अलग ज़रूरतों के प्रति समुदाय-आधारित दृष्टिकोण प्रदान करके परिवारों, युवाओं, सिस्टम और समुदायों को टिकाऊ संसाधनों को मज़बूत करने के लिए मंच प्रदान करता है।

अधिक जानकारी के लिए Health Care Authority (HCA) की वेबसाइट पर जाएं: hca.wa.gov/about-hca/programs-and-initiatives/behavioral-health-and-recovery/family-youth-system-partner-round-table-fysprt।

Apple Health द्वारा कवर की गई व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य सेवाओं के अलावा, Molina Healthcare के पास सीमित जनरल फ़ंड-स्टेट (GFS) फ़ंड हैं जिसका उपयोग सदस्यों के लिए तब किया जा सकता है, जब सेवा Apple Health द्वारा कवर नहीं की गई हो। इन फ़ंड की उपलब्धता की गारंटी नहीं है और एक बार समाप्त हो जाने पर संबंधित सेवाएँ उपलब्ध नहीं होंगी। Health Care Authority (HCA) ने इन फ़ंड के लिए प्राथमिकता के आधार पर उपयोगों को चुना है, जिसे चिकित्सा आवश्यकताओं को पूरा करना और इसका अनुरोध किसी अनुबंधित प्रदाता द्वारा Molina Healthcare की नीतियों के अनुसार किया जाना चाहिए। फ़ंड उपलब्ध होने पर GFS फ़ंड का उपयोग निम्नलिखित सेवाओं के लिए किया जा सकता है। सबसे ज़्यादा प्राथमिकता वाली सेवाओं में शामिल हैं:

- मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार (SUD) की उपचार सेवाएं
- आचरण के हिसाब से स्वास्थ्य व्यक्तिगत देखभाल
- आवासीय सेवाएं, जिनमें ये शामिल हैं, लेकिन इन्हीं तक सीमित नहीं हैं: अस्पताल की डायवर्ज़न व्यवस्था में कमरा और भोजन, मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार और मानसिक स्वास्थ्य का आवासीय व्यवस्था में या स्वतंत्र रूप से मूल्यांकन और उपचार की सुविधाएं
- गैर-Medicaid मुखर सामुदायिक उपचार का प्रोग्राम (PACT) सेवाओं और सहायता सहित अधिक तेज़ी से उपचार
- मूत्र विश्लेषण परीक्षण
- बच्चों के लिए चिकित्सीय हस्तक्षेप
- संयत करने वाली सेवाएं
- पुनर्वास केस प्रबंधन

कृपया अपने प्रदाता से पूछें कि अतिरिक्त सेवाएँ प्रदान की जा सकती हैं या नहीं (अगर संसाधन उपलब्ध हों)।

पोषण

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
चिकित्सीय पोषण थेरेपी	20 साल और उससे कम उम्र के लोगों के लिए तब कवर किया जाता है, जब चिकित्सा रूप से आवश्यक हो और EPSDT स्क्रीनिंग के बाद प्रदाता द्वारा रेफ़र किया गया हो। <ul style="list-style-type: none"> • इसमें चिकित्सीय पोषण थेरेपी, पोषण आकलन और उन स्थितियों के लिए परामर्श शामिल है, जो मूल्यांकन और उपचार के लिए पंजीकृत आहार विशेषज्ञ (RD) के चिकित्सा के दायरे में हैं।
एंटरल और पैरेंटरल पोषण	सभी नामांकित लोगों के लिए पैरेंटरल पोषण सप्लीमेंट और सामग्री। ट्यूब से भोजन लेने वाले हर उम्र के सभी नामांकित लोगों के लिए एंटरनल न्यूट्रीशन प्रोडक्ट और सप्लाई। गंभीर बीमारी के समाधान के लिए सीमित समय तक 20 साल और इससे कम उम्र के क्लाइंट के लिए ओरल एंटरनल न्यूट्रीशन प्रोडक्ट।

स्वास्थ्य देखभाल की विशेष ज़रूरतें या लंबे समय तक चलने वाली बीमारी

अगर आपकी विशेष स्वास्थ्य देखभाल ज़रूरतें हों या कोई लंबी-अवधि की बीमारी हो, तो आप हमारे Health Home³ कार्यक्रम या देखभाल समन्वय सेवाओं के ज़रिए अतिरिक्त सेवाओं के लिए पात्र हो सकते हैं। इसमें विशेषज्ञ तक सीधी पहुँच शामिल हो सकती है। कुछ मामलों में, आप अपने विशेषज्ञ का उपयोग अपने PCP के रूप में कर सकते हैं। देखभाल समन्वय और देखभाल प्रबंधन के बारे में अधिक जानकारी के लिए हमें कॉल करें।

थेरेपी

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
बाह्य रोगी पुनर्वास (व्यावसायिक, शारीरिक और वाक थेरेपी)	<p>यह एक सीमित लाभ है। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें। पाबंदियां लागू हो सकती हैं, चाहे निम्न में से किसी भी व्यवस्था में इन्हें किया जाए:</p> <ul style="list-style-type: none"> आउट पेशेंट क्लिनिक बाह्यरोगी अस्पताल Medicare-प्रमाणित होम हेल्थ एजेंसी द्वारा घर, जब 20 वर्ष और उससे कम उम्र के बच्चों को किसी स्वीकृत न्यूरोडेवलपमेंटल सेंटर में प्रदान किया जाता है। देखें: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf
हैबिलिटेटिव सेवाएं	<p>दैनिक जीवन के लिए ऐसे कौशल और कार्यशीलता बनाए रखने, सीखने या बेहतर करने में आपकी मदद करने वाली स्वास्थ्य संबंधी देखभाल सेवाएँ जो जन्मजात, आनुवंशिक या प्रारंभिक-अधिग्रहित स्वास्थ्य स्थितियों के कारण प्राप्त नहीं किए गए थे। यह एक सीमित लाभ है। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।</p> <p>पाबंदियां लागू हो सकती हैं, चाहे निम्न में से किसी भी व्यवस्था में इन्हें किया जाए:</p> <ul style="list-style-type: none"> आउट पेशेंट क्लिनिक बाह्यरोगी अस्पताल Medicare-प्रमाणित होम इन्फ़्यूज़न एजेंसी द्वारा घर, जब 20 वर्ष या उससे कम उम्र के बच्चों को किसी स्वीकृत न्यूरोडेवलपमेंटल सेंटर में प्रदान किया जाता है। देखें: doh.wa.gov/Portals/1/Documents/Pubs/970-199-NDCList.pdf

³ Apple Health Expansion के अंतर्गत Health Home प्रोग्राम कवर नहीं है।

विशेषज्ञता

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
एंटीजन (एलर्जी सीरम)	एलर्जी शॉट्स।
बैरिएट्रिक सर्जरी	बैरिएट्रिक सर्जरी के लिए पहले से स्वीकृति लेना आवश्यक है। केवल HCA-स्वीकृत सेंटर्स ऑफ़ एक्सेलेंस (COE) में उपलब्ध।
बायोफ़ीडबैक थेरेपी	प्लान की आवश्यकताओं तक सीमित।
कीमोथेरेपी	कुछ सेवाओं के लिए पूर्व-स्वीकृति की आवश्यकता हो सकती है।
कॉस्मेटिक सर्जरी	केवल तब जब सर्जरी और संबंधित सेवाएँ और सामग्री जन्मजात शारीरिक दोषों, बीमारियों, शारीरिक आघात को ठीक करने के लिए या कैंसर होने पर उपचार के लिए मैस्टेक्टमी रिकंस्ट्रक्शन के लिए प्रदान की जाती हैं।
डायबिटीज़ से जुड़ी सामग्री	पूर्व-स्वीकृति के बिना सीमित सामग्री उपलब्ध है। पूर्व-स्वीकृति पर अतिरिक्त सामग्री उपलब्ध है।
डायलिसिस	इन सेवाओं के लिए पूर्व-स्वीकृति की आवश्यकता हो सकती है।
हेपेटाइटिस C उपचार	डायरेक्ट-एक्टिंग एंटीवायरल दवाएँ प्रिस्क्राइब करने के लिए लायसेंसीकृत किसी भी प्रदाता को Apple Health सदस्यों को स्क्रीन करने की अनुमति है। इसमें प्राथमिक देखभाल प्रदाता, नशीले पदार्थ के उपयोग के विकार की उपचार सुविधाएँ और अन्य शामिल हैं। Apple Health द्वारा प्रबंधित देखभाल योजना के बिना कुछ हेपेटाइटिस C उपचार की दवाएँ कवर की जाती हैं। अधिक जानने के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
अंग प्रत्यारोपण	Apple Health द्वारा प्रबंधित देखभाल योजना के बिना कुछ अंग प्रत्यारोपण कवर किए जाते हैं। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
ऑक्सीजन और श्वसन संबंधी सेवाएँ	योग्य नामांकित व्यक्तियों को मेडिकल रूप से ज़रूरी ऑक्सीजन और/या रेस्पिरेटरी थेरेपी उपकरण, सामग्री और सेवाएँ।
पोडियाट्री	यह एक सीमित लाभ है। विशेष जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
धूम्रपान छोड़ना	PCP रेफ़रल या पूर्व-अनुमति वाले या उसके रहित सभी ग्राहकों के लिए कवर किया जाता है। Molina My Health – Tobacco Cessation प्रोग्राम के बारे में जानने के लिए हमारे स्वास्थ्य प्रबंधन विभाग को (866) 891-2320 (TTY 711) पर कॉल करें।
ट्रांसहेल्थ सेवाएँ	ट्रांसहेल्थ और जेंडर डिस्फोरिया के उपचार से संबंधित सेवाओं में हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी, प्यूबर्टी सप्रेषन थेरेपी और मानसिक स्वास्थ्य सेवाएँ शामिल हैं। इन सेवाओं के लिए पहले से अनुमति लेने की आवश्यकता हो सकती है।
तपेदिक (TB) जांच और फ़ॉलोअप	आपके पास अपने PCP के पास या स्थानीय स्वास्थ्य विभाग में जाने का चुनाव है।

सुनना और देखना

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
ऑडियोलॉजी जांच	सुनने से जुड़ी स्क्रीनिंग जांच।
कॉक्लीयर इम्प्लांट डिवाइस और बोन एंकर्ड हियरिंग एड (BAHA) डिवाइस	इम्प्लांट, पुर्जे, एक्सेसरी, बैटरियाँ, चार्जर और मरम्मत सहित बायलैटरल कॉक्लीयर इम्प्लांट सभी व्यक्तियों के लिए एक कवर किया गया लाभ है। BAHA डिवाइस (सर्जिकल रूप से इम्प्लांट किया गया और सॉफ़्ट बैंड हेडबैंड), रिप्लेसमेंट पुर्जे और बैटरियों सहित, BAHA, 20 साल और उससे कम उम्र के बच्चों के लिए एक लाभ है।
आँखों की जांच और चश्मे	आपको हमारे प्रदाता नेटवर्क का उपयोग करना होगा। लाभ संबंधी जानकारी के लिए हमें कॉल करें। 20 साल और उससे कम उम्र के बच्चों के लिए, आँख के चश्मे और हार्डवेयर फ़िटिंग कवर किए जाते हैं। आपको आईवियर आपूर्तिकर्ता यहां मिल सकते हैं: https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/ कम कीमत पर आँख के चश्मे की ज़रूरत वाले वयस्कों के लिए आप भाग लेने वाले ऑप्टिकल प्रदाताओं के माध्यम से चश्मे के फ्रेम और लेंस खरीद सकते हैं। भागीदार प्रदाताओं की सूची यहां पाएं: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf Molina 21 वर्ष से अधिक उम्र के सदस्यों को Zenni आईवियर से निःशुल्क चश्मे प्रदान करता है! बायफ़ोकल और प्रोग्रेसिव लेंस के साथ-साथ 55 से ज़्यादा स्टाइल ऑनलाइन ब्राउज़ करें। फिर उन्हें वर्चुअल तौर पर आजमाएं। आपके चश्मे ऑर्डर पर बनाए जाएंगे और सीधे आपके घर पर पहुँचाए जाएंगे। अधिक जानकारी के लिए MolinaHealthcare.com/memberWA पर जाएं।
श्रवण परीक्षण और श्रवण यंत्र	परीक्षण सभी लोगों के लिए कवर किया गया लाभ है। श्रवण यंत्र निम्नलिखित के लिए उपलब्ध हैं: <ul style="list-style-type: none"> • 20 वर्ष और उससे कम उम्र के बच्चे • प्रोग्राम के मानदंडों को पूरा करने वाले वयस्क इनके सहित मोनोरल श्रवण यंत्र: <ul style="list-style-type: none"> • फिटिंग • फॉलो अप • बैटरियाँ

परिवार नियोजन/प्रजनन स्वास्थ्य

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
प्रिस्क्रिप्शन और ओवर-द-काउंटर जन्म नियंत्रण, गर्भनिरोधक और आपातकालीन गर्भनिरोधक (प्लान B) सहित परिवार नियोजन सेवाएं	आप हमारे प्रदाताओं के नेटवर्क का उपयोग कर सकते हैं या अपने स्थानीय स्वास्थ्य विभाग या परिवार नियोजन क्लिनिक जा सकते हैं।
HIV/AIDS जांच	आपके पास स्क्रीनिंग के लिए किसी परिवार नियोजन क्लिनिक, स्थानीय स्वास्थ्य विभाग या अपने PCP के पास जाने का विकल्प है।
गर्भावस्था के बाद का कवरेज (APC)	अगर आप Apple Health कवरेज में नामांकित हैं और गर्भवती हैं, तो आपकी गर्भावस्था के समाप्त होने के बाद आप अधिकतम 12 महीने का पोस्टपार्टम कवरेज प्राप्त कर सकती हैं। अधिक जानकारी के लिए hca.wa.gov/apc पर जाएं।

चिकित्सा उपकरण और सामग्री

हम चिकित्सा उपकरण या सामग्री तब कवर करते हैं जब वे चिकित्सा रूप से आवश्यक हों और आपके स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता द्वारा लिखे गए हों। ज़्यादातर उपकरणों और सामग्री का भुगतान करने से पहले हमें पहले उनकी मंजूरी लेनी होगी। कवर किए गए चिकित्सा उपकरणों और सामग्री के बारे में अधिक जानकारी के लिए हमें कॉल करें।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
चिकित्सा उपकरण	अधिकांश उपकरणों के लिए पूर्व-स्वीकृति मिलना ज़रूरी है। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।
चिकित्सा सामग्री	अधिकांश सामग्री के लिए पूर्व-स्वीकृति मिलना ज़रूरी है। अधिक जानकारी के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।

लैब और एक्स-रे

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
रेडियोलॉजी और मेडिकल इमेजिंग सेवाएं	कुछ सेवाओं के लिए पूर्व-स्वीकृति की आवश्यकता हो सकती है।
लैब और एक्स-रे सेवाएं	<p>कुछ सेवाओं के लिए पूर्व-स्वीकृति की आवश्यकता हो सकती है।</p> <p>नीचे दर्शाई गई पाबंदियां सिर्फ बाह्यरोगी नैदानिक सेवाओं के लिए हैं:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ड्रग जांच सिर्फ तब, जब चिकित्सकीय रूप से आवश्यक हो और: <ul style="list-style-type: none"> ○ चिकित्सक द्वारा चिकित्सा मूल्यांकन के भाग के रूप में आदेश दिया गया हो; या ○ चिकित्सा परीक्षण या उपचार के लिए उपयुक्तता का आकलन करने के लिए मादक पदार्थ उपयोग से जुड़े विकार की जांच की आवश्यकता हो। <p>नामांकित व्यक्ति के घर में या किसी नर्सिंग सुविधा में प्रदान की गई पोर्टेबल एक्स-रे सेवाएँ उन फ़िल्मों तक सीमित हैं जिनमें कॉन्ट्रास्ट मीडिया का उपयोग शामिल नहीं होता है।</p>

महिलाओं का स्वास्थ्य और मातृत्व

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
स्तन पंप	कुछ प्रकारों के लिए पहले से स्वीकृति लेने की आवश्यकता हो सकती है।
प्रसूति सेवाएं	<ul style="list-style-type: none"> • प्रसवपूर्व देखभाल: नियमित ऑफ़िस विज़िट और अपनी पसंद के प्रदाता से संबंधित सेवाएं। • किसी अस्पताल, प्रसव केंद्र में प्रसव या घर पर जन्म। आपके लिए प्रसव का सबसे अच्छा विकल्प क्या है, यह निर्धारित करने के लिए अपने प्रसूति सेवा प्रदाता से चर्चा करें। • लाइसेंस प्राप्त दाई, नर्स दाई या चिकित्सक द्वारा करवाए गए प्रसव। • जन्म देने वाले व्यक्ति के लिए 12 महीने की प्रसव के बाद व्यापक देखभाल। • शिशुओं के लिए एक साल की चिकित्सा देखभाल। • स्तनपान - दुग्धपान परामर्श।
महिला की स्वास्थ्य देखभाल	सामान्य और निवारक स्वास्थ्य देखभाल सेवाएँ जैसे मातृत्व या अभिभावक देखभाल, मैमोग्राम, प्रजनन स्वास्थ्य, सामान्य जाँच, गर्भनिरोधक सेवाएँ, यौन संचारित रोगों का परीक्षण और उपचार व स्तनपान।

अतिरिक्त सेवाएँ, जो हम उपलब्ध कराते हैं



Molina सहायता खोजक

आवास, नौकरी प्रशिक्षण, परिवहन, शिक्षा जैसी और भी सेवाओं के लिए संसाधन खोजने में सहायता। MolinaHelpFinder.com पर जाएँ।



24-घंटे नर्स सलाह लाइन

पंजीकृत नर्स से बात करने के लिए दिन या रात, किसी भी समय कॉल करें।

- 1-888-275-8750 अंग्रेजी और अन्य भाषाएं
- TTY 711 बधिर और सुनने में कठिनाई



Text4baby

आप प्रसव से पहले देखभाल, शिशु के स्वास्थ्य, अपने बच्चे की परवरिश और अन्य बातों पर मुफ्त टेक्स्ट संदेशों के लिए साइन अप कर सकते हैं। 511411 को "BABY" टेक्स्ट करके साइन अप करें या text4baby.org पर जाएँ। मोबाइल और इंटरनेट दरें लागू हो सकती हैं।



90-दिन के प्रिस्क्रिप्शन रीफ़िल

चुनिंदा लंबी-अवधि की दवाओं पर 90-दिन का रिफ़िल लेकर समय बचाएँ।



DentistLink

dentistlink.org पर Apple Health कवरेज स्वीकार करने वाले दाँतों के स्थानीय डॉक्टर से जुड़ें। यह संसाधन Washington स्टेट में सभी Apple Health सदस्यों के लिए उपलब्ध है।



स्वास्थ्य प्रबंधन प्रोग्राम

Molina Healthcare आपकी स्वास्थ्य स्थितियों को बेहतर समझने में आपकी और आपके परिवार की मदद करने वाले कार्यक्रम प्रदान करता है। आपको किसी केस प्रबंधक (नर्स और पंजीकृत डायटीशियन) का कॉल आ सकता है, जो आपको आपकी स्वास्थ्य देखभाल से जुड़ी आवश्यकताओं के आधार पर शिक्षण और सहायता प्रदान कर सकता है। आपके और आपके केस प्रबंधक द्वारा तय किए गए लक्ष्यों के आधार पर आपको स्वास्थ्य शिक्षण सामग्री भी भेजी जा सकती है।

मैं कैसे नामांकन करूँ?

किसी कार्यक्रम में शामिल होने के लिए, आपको कुछ शर्तें पूरी करनी होंगी। शर्तों को पूरा करने वाले सदस्य अपने-आप नामांकित हो जाते हैं। अपने स्वास्थ्य प्रबंधन प्रोग्रामों के लिए सदस्यों की पहचान करने के लिए Molina Healthcare निम्नलिखित जानकारी का उपयोग करता है:

- दावे
- फ़ार्मैसी
- अन्य स्वास्थ्य प्रबंधन प्रोग्राम
- आप खुद को किसी प्रोग्राम के लिए रेफ़र कर सकते हैं, या आपका प्रदाता आपको रेफ़र कर सकता है। यह आप पर निर्भर करता है कि आप किसी प्रोग्राम में शामिल होना चाहते हैं या नहीं। आप किसी भी समय हटाए जाने के लिए कह सकते हैं।

आपके लिए निःशुल्क उपलब्ध प्रोग्रामों में शामिल है:



Molina माय हेल्थ – Tobacco Cessation प्रोग्राम

वयस्क सदस्य, जिनकी उम्र 18 वर्ष या उससे अधिक है, जो तंबाकू का उपयोग छोड़ने की कोशिश करने और छोड़ने के लिए तैयार हैं, वे किसी प्रशिक्षित स्वास्थ्य शिक्षक के साथ सीधे मिलकर इनके लिए काम करेंगे:

- देखभाल के लिए, tobacco cessation का एक व्यक्तिगत प्लान बनाना
- छोड़ने की पूरी प्रक्रिया के दौरान मदद प्राप्त करना

धूम्रपान छोड़ने में आपकी मदद करने के लिए अन्य संसाधन: [Smokefree.gov](https://www.smokefree.gov)



Molina माय हेल्थ – Weight Management प्रोग्राम

वयस्क सदस्यों के लिए, जिनकी उम्र 18 वर्ष या उससे अधिक है, जो वज़न कम करने में रुचि रखते हैं (बैरिएट्रिक सर्जरी के लिए निर्धारित लोगों को छोड़कर)। एक केस मैनेजर:

- आपके साथ मिलकर देखभाल का weight management प्लान बनाएगा
- सुनिश्चित करेगा कि देखभाल का प्लान आपकी ज़रूरतों को पूरा करने के लिए व्यक्तिगत है
- आपको अपना वज़न घटाने के लक्ष्य तक पहुंचने में मदद करेगा



Molina माय हेल्थ – Nutrition Consult प्रोग्राम

आपकी पोषण स्वास्थ्य आवश्यकताओं में सहायता करने के लिए Molina एक Nutrition Consultation प्रोग्राम प्रस्तुत करता है। एक पंजीकृत आहार विशेषज्ञ आपके साथ मिलकर इनके लिए काम करेगा:

- आपकी स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं को समझना
- आपके साथ मिलकर देखभाल का व्यक्तिगत प्लान बनाना
- आपकी स्वास्थ्य स्थितियों को बेहतर स्व-प्रबंधित करने के लिए आपको टूल और सहायता प्रदान करता है।
Molina My Health – 2 वर्ष और उससे अधिक उम्र के बच्चों और वयस्क सदस्यों के लिए अस्थमा के साथ जीना, जिन्हें अस्थमा का निदान हुआ है। एक केस मैनेजर आपकी इनमें मदद करेगा:
- अपने लक्षणों को समझना और पहचानना
- लक्षणों को बढ़ाने वाले ट्रिगर से बचना
- अस्थमा के लिए तय दवाओं को समझना



Molina माय हेल्थ – डायबिटीज़ के साथ जीना

18 साल और उससे अधिक उम्र के वयस्क सदस्यों के लिए, जिन्हें डायबिटीज़ की समस्या है। सदस्य अपने केस मैनेजर के साथ काम करेंगे और इनके बारे में जानेंगे:

- स्वास्थ्यकारी भोजन
- अपनी ब्लड शुगर की जांच करने और अपने हीमोग्लोबिन A1c स्तर को जानने का महत्व
- रोज़ाना की गतिविधि की अहमियत
- अपने डॉक्टर द्वारा बताए गए डायबिटीज़ स्व-प्रबंधन प्लान का पालन करना



Molina माय हेल्थ – हृदय विफलता के साथ जीना

18 साल और उससे अधिक उम्र के वयस्क सदस्यों के लिए, जिन्हें दिल के दौरों की समस्या है। सदस्य अपने केस मैनेजर से इनके बारे में जानेंगे:

- हृदय के लिए स्वास्थ्यकारी भोजन
- अपने वज़न की निगरानी करना
- डॉक्टर को लक्षणों में होने वाले बदलावों की जानकारी देना
- रोज़ाना की गतिविधि की अहमियत और बताए गए तरीके से दवाएं लेना



Molina माय हेल्थ – COPD के साथ जीना

18 साल और उससे अधिक उम्र के वयस्क सदस्यों के लिए, जिन्हें COPD की समस्या है। सदस्य अपने केस मैनेजर से इनके बारे में जानेंगे:

- सांस लेने के व्यायाम
- गतिविधियों का प्लान बनाना और गति बनाए रखना
- ऑक्सीजन से संबंधित सुरक्षा उपाय
- निर्धारित समय पर दवाएं लेने का महत्व



Molina माय हेल्थ – उच्च रक्तचाप के साथ रहना

18 साल और उससे अधिक उम्र के वयस्क सदस्यों के लिए, जिन्हें हाई ब्लड प्रेशर की समस्या है। सदस्य अपने केस मैनेजर से इनके बारे में जानेंगे:

- हृदय के लिए स्वास्थ्यकारी भोजन
- रक्तचाप की निगरानी करना
- रोज़ाना की गतिविधि की अहमियत
- निर्देशानुसार दवाएं लेने का महत्व



Molina माय हेल्थ – अवसाद के साथ जीना

18 साल और उससे अधिक उम्र के वयस्क सदस्यों के लिए, जिन्हें या तो डिप्रेशन की समस्या है या जिनमें डिप्रेशन के लक्षण हैं। प्रोग्राम को इनके लिए डिज़ाइन किया गया है:

- लक्षणों की शुरुआती पहचान को बढ़ावा देना
- शिक्षा, मार्गदर्शन और सहायता प्रदान करना
- जिंदगी का सामना करने के कौशल सिखाना
- उपलब्ध सेवाएं, उपचार विकल्प और सामुदायिक सहायता साझा करना

मूल्य-वर्धित लाभ (VAB)

वैल्यू एडेड लाभ (VAB) Molina Healthcare द्वारा पेश किए जाते हैं और आपके Apple Health लाभों के अतिरिक्त होते हैं। ये आपको देखभाल और स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों के लिए अधिक विकल्प दे सकते हैं। VAB स्वैच्छिक हैं और आपके लिए निःशुल्क हैं।

Member Rewards प्रोग्राम*

Molina प्रतिरक्षण, प्रसवपूर्व देखभाल और डायबिटीज़ जांच जैसी कल्याण से जुड़ी चुनिंदा गतिविधियों को पूरा करने के लिए सदस्यों को पुरस्कार देता है।

आपको और आपके परिवार को पुरस्कार दिलाने वाली सेवाओं की सूची देखने के लिए, [MolinaHealthcare.com/WA-Medicaid-Wellness](https://www.molinahealthcare.com/WA-Medicaid-Wellness) पर जाएं।

Molina आपके स्वास्थ्य के लाभ लेना पहले से सरल बनाता है। जब आप अपने कल्याण से जुड़ी गतिविधियां पूरी कर लें, तो सिर्फ़ हमें बता दें और हम विवरण की पुष्टि करेंगे और आपको आपका पुरस्कार देंगे।



मुझे मेरा पुरस्कार कैसे मिलेगा?

1. आपके (या आपके बच्चों) के लिए योग्य सेवाएँ समय पर पूरी करें।
2. अपना पुरस्कार प्राप्त करने के निर्देशों के लिए हमारे [वेबपेज](#) पर जाएं।

महत्वपूर्ण जानकारी:

- Apple Health सदस्य हर कैलेंडर वर्ष में कुल \$200 तक के पुरस्कार प्राप्त कर सकते हैं।
- रिवार्ड साल में अधिकतम एक बार प्राप्त किए जा सकते हैं। उदाहरण के लिए, डायबिटीज़ A1C परीक्षण हर 3 से 6 महीने में पूरा किया जाना चाहिए, लेकिन आप हर वर्ष \$25 का सिर्फ़ एक पुरस्कार प्राप्त कर सकते हैं।
- आपने 2024 में जो सेवाएं पूरी की हैं, उनके लिए पुरस्कार के सभी अनुरोध Molina Healthcare को 31 जनवरी, 2025 तक सबमिट किए जाने चाहिए।

क्या आपके कोई प्रश्न हैं?

कृपया सदस्य सेवाओं को यहां कॉल करें: 1-800-869-7165 (TTY 711)

*स्वास्थ्य से जुड़े पुरस्कार बिना किसी सूचना के बदल सकते हैं। पाबंदियां लागू।

मुफ़्त आईवियर

शानदार दिखें। और भी बेहतर देखें। Molina सदस्य अब Zenni आईवियर से मुफ़्त चश्मे हासिल कर सकते हैं! यह लाभ 21+ उम्र के सदस्यों के लिए है।

बायफ़ोकल और प्रोग्रेसिव लेंस के साथ-साथ 55 से अधिक स्टाइल को ऑनलाइन ब्राउज़ करें। उन्हें वर्चुअल तौर पर आजमाएं। आपके द्वारा ऑर्डर किए गए चश्मे आपके घर पर डिलीवर किए जाते हैं!



इन आसान चरणों का पालन करें:

- कैमरा-सक्षम कंप्यूटर, सेलफ़ोन या टैबलेट से Molina.zennioptical.com पर जाएं
- अपनी जानकारी की पुष्टि करें
- Zenni के वर्चुअल ट्राय-ऑन टूल का उपयोग करें
- अपना प्रिस्क्रिप्शन डालें या उसकी तस्वीर लें
- अपने पसंदीदा फ़्रेम खोजें

Boys & Girls Club की सदस्यता

Molina, Washington स्टेट में Boys & Girls Clubs में 6 से 18 वर्ष की उम्र के Apple Health सदस्यों के लिए वार्षिक सदस्यता शुल्क** को कवर करता है। आपका बच्चा प्राप्त करता है:

- स्कूल के बाद वाले समय के साथ-साथ खुलने के घंटों के दौरान क्लब में प्रवेश (शाम 7:30 बजे तक खुला रहता है)
- समर क्लब में प्रवेश
- स्वस्थ जीवनशैली, फ़िटनेस और होमवर्क सहायता पर केंद्रित स्कूल के बाद के प्रोग्राम
- ज़्यादातर क्लब निःशुल्क नाश्ता या भोजन प्रदान करते हैं
- कुछ क्लब आपके बच्चे के स्कूल से क्लब तक निःशुल्क परिवहन प्रदान कर सकते हैं
- और भी बहुत कुछ!

अपने स्थानीय Boys & Girls Club में जाएँ और साइन अप करने के लिए अपना Molina सदस्य ID कार्ड दिखाएँ। आप अपने आस-पास के क्लब को खोजने के लिए Washingtonclubs.org/locations पर भी जा सकते हैं!

***Boys & Girls Club सदस्यता लाभ केवल वार्षिक सदस्यता शुल्क कवर करती है। कुछ क्लब मासिक भागीदारी शुल्क लेते हैं, जिसे चुकाना सदस्य की ज़िम्मेदारी है। अतिरिक्त छात्रवृत्ति उपलब्ध हो सकती है, कृपया अपने स्थानीय बायज़ एंड गर्ल्स क्लब से पूछताछ करें।*

FarmboxRx का चिकित्सीय रूप से तैयार भोजन

Molina पात्र सदस्यों को उनके ठीक होने के दौरान FarmboxRx भोजन और अस्पताल से छुट्टी के बाद सहायता सेवाएं प्रदान करता है:

- अंतःरोगी के अस्पताल में भर्ती होने के बाद, ज़्यादा से ज़्यादा 28 शेफ़ द्वारा तैयार किया गया स्वास्थ्यकारी भोजन
- एक सप्ताह तक दिन में दो बार भोजन, दो सप्ताह तक के लिए
- गुणवत्ता वाला भोजन
- खाना जो खाने के लिए सिर्फ़ 2-3 मिनट में तैयार हो जाता है
- किसी तैयारी की आवश्यकता नहीं!

अधिक जानकारी के लिए, इनपेशेंट स्टे के बाद अपने Molina ट्रांज़िशन और केयर कोच से बात करें।

Smartphone Assistance प्रोग्राम[▲]

पात्र सदस्य Molina का यह विशेष सेवा प्लान प्राप्त कर सकते हैं, जो आपके लिए निःशुल्क है और इसमें निम्न शामिल हैं:

- असीमित बातचीत
- असीमित टेक्स्ट
- अंतरराष्ट्रीय कॉलिंग^{▲▲}

Molina इस सहायता कार्यक्रम पर TruConnect के साथ साझेदारी कर रहा है।

आज ही साइन अप करें! TruConnect.com/Molina पर जाएं या 1-844-700-0795 (TTY 711) पर कॉल करें।

[▲]यह लाभ FCC's Lifeline and Affordable Connectivity प्रोग्राम (ACP) से मिलने वाले लाभों के लिए पात्र सदस्यों के लिए है।

^{▲▲}Molina सदस्यों के लिए विशेष: चुनिंदा देशों में Mexico, Canada, China, South Korea और Vietnam शामिल हैं।



वर्चुअल अत्यावश्यक देखभाल

अगर आप अच्छा महसूस नहीं कर रहे हैं और अपने प्राथमिक देखभाल प्रदाता (PCP) को दिखाने में असमर्थ हैं, तो Molina Healthcare आपके लिए सुरक्षित और भरोसेमंद तरीके से देखभाल उपलब्ध कराता है - Teladoc के माध्यम से वर्चुअल तौर पर बहुत ज़्यादा ज़रूरी देखभाल के ज़रिए, वो भी बिना किसी खर्च के।⁺ वर्चुअल तौर पर बहुत ज़्यादा ज़रूरी देखभाल में, आप बोर्ड-प्रमाणित डॉक्टर से अपने फ़ोन, स्मार्टफ़ोन, टैबलेट या कंप्यूटर के जरिये 24/7 बात कर सकते हैं।



वर्चुअल तौर पर बहुत ज़रूरी देखभाल इनके लिए बढ़िया है:

- सर्दी, साइनस संक्रमण, गले में खराश, आँखों का लाल होना और एलर्जी जैसी मामूली बीमारियाँ।

सेवा के लिए आज ही पंजीकरण करें, ताकि आप पूरी तरह तैयार हो जाएँ।

- member.teladoc.com/molinawa पर जाएं
- 1-800-835-2362 (TTY 711) को कॉल करें:
- Teladoc ऐप डाउनलोड करें: teladoc.com/mobile

अनुवाद सेवाएं उपलब्ध हैं। आपात स्थितियों में 911 पर कॉल करें।

⁺ Molina, Teladoc अनुबंधित प्रदाताओं के ज़रिए Washington स्टेट में अपने Apple Health सदस्यों को बिना किसी शुल्क के यह सेवा प्रदान करता है। मोबाइल और इंटरनेट दरें लागू हो सकती हैं।

आचरणगत स्वास्थ्य आभासी सेवाएं

Molina Healthcare कई ऐसे टेलीमेडिसिन प्रदाताओं और स्वास्थ्य प्लेटफ़ॉर्म के साथ साझेदारी करता है जो तब सहायता प्रदान कर सकते हैं जब आपको अकेलेपन का अनुभव हो रहा हो या मानसिक स्वास्थ्य के लिए उपचार और नशीले पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार के उपचार संबंधी सेवाओं की ज़रूरत हो। आप Molina Healthcare के मूल्य-वर्धित लाभ वेबपेज पर *Behavioral Health & Recovery* शीर्षक के अंतर्गत इन सहायताओं के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं, MolinaHealthcare.com/MemberWA पर जाएं।

अपने घर पर आराम से रहते हुए किसी व्यवहार संबंधी स्वास्थ्य प्रदाता से बात करें।

Molina Healthcare ने मानसिक स्वास्थ्य शामिल करने के लिए Teladoc के माध्यम से हमारी वर्चुअल सेवाओं में विस्तार किया है। अब सदस्य आपके चुने हुए वातावरण में गोपनीय थेरेपी प्राप्त कर सकते हैं।

- चिंता, खाने के विकार, अवसाद, शोक, पारिवारिक परेशानियों और अन्य के बारे में सहायता प्राप्त करें
- बोर्ड-प्रमाणित मनोचिकित्सकों, मनोवैज्ञानिकों या लाइसेंस प्राप्त चिकित्सकों में से किसी का चयन करें
- विशेषज्ञता, स्थान, भाषा, लिंग और दवा लिखने की क्षमता के आधार पर कोई चिकित्सक चुनें

अपनी ऑनलाइन विज़िट के लिए अपॉइंटमेंट तय करें। अपॉइंटमेंट, स्थानीय समय के अनुसार सप्ताह में सातों दिन, सुबह 7 से रात 9 बजे तक उपलब्ध हैं। सदस्य चल रहे अपॉइंटमेंट के लिए भी उसी चिकित्सक को रख सकते हैं।

आज ही एक गोपनीय चिकित्सा अपॉइंटमेंट तय करें! Teladoc.com/MolinaWA पर जाएं या (800) 835-2362 (TTY 711) पर कॉल करें।

आपात स्थितियों में 911 पर कॉल करें।

BeMe ऐप (भावनाओं को नियंत्रित करने में सहायता)

BeMe एक मानसिक स्वास्थ्य कल्याण ऐप है, जिसे भावनाओं और चुनौतियों (जैसे स्कूल का तनाव, आत्म-सम्मान का निर्माण करना, स्वस्थ आदतें विकसित करना, रिश्तों और बातचीत में सुधार करना और बदमाशी से निपटना) को प्रबंधित करने में किशोरों (13 से 19 वर्ष की उम्र) की मदद करने को ध्यान में रखकर बनाया गया है। आवश्यकता होने पर यह ऐप लाइव कोचिंग और आपदा सहायता प्रदान कर सकता है।

Apple App Store या Google Play Store में "BeMe" ऐप खोजें और डाउनलोड करें या इस QR कोड को स्कैन करें।



Pyx Health ऐप (अकेलेपन और चिंता से निपटने में मदद)

किसी को भी जीवन की चुनौतियों से अकेले नहीं जूझना चाहिए। यही कारण है कि हम सदस्यों को Pyx Health ऐप उपलब्ध कराते हैं। प्रौद्योगिकी की सहायता और दयावान स्टाफ़ के जरिये, दोस्ताना व्यवहार और हंसी-मजाक से खुद को हर दिन बेहतर महसूस कराएं।

आज ही साइन अप करें! Apple App Store या Google Play Store पर "Pyx Health" खोजें। अधिक जानकारी के लिए, MolinaHealthcare.com/MemberWA पर जाएं।

देखभाल समन्वय

जटिल मामले का प्रबंधन करने वाली सेवाएँ

जटिल केस प्रबंधन एक ऐसी सेवा है, जो जटिल या कई स्वास्थ्य देखभाल संबंधी ज़रूरतों वाले सदस्यों को देखभाल और सेवाएं पाने में मदद करती है। केस मैनेजर आपके लक्ष्यों को ध्यान में रखकर, आपकी देखभाल को प्रबंधित करने में मदद करते हैं। नामांकन के समय आपकी पहली स्वास्थ्य जांच (स्वास्थ्य आकलन) में आपने प्रश्नों के जो उत्तर दिए हैं, उनके आधार पर प्लान प्रतिनिधि, केस प्रबंधन का सुझाव दे सकता है।

आप किसी भी समय अपने लिए या परिवार के किसी सदस्य के लिए केस प्रबंधन सेवाओं की मांग कर सकते हैं। स्वास्थ्य सेवा प्रदाता, डिस्चार्ज प्लान बनाने वाले, देखभाल करने वाले और चिकित्सा प्रबंधन कार्यक्रम भी आपको केस प्रबंधन के लिए रेफ़र कर सकते हैं। आपको केस प्रबंधन सेवाओं के लिए सहमति देना ज़रूरी है। अगर आपको कोई प्रश्न पूछना है, तो 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।

अतिरिक्त देखभाल समन्वय सेवाएँ, जो हम उपलब्ध करा सकते हैं

कारावास से बाहर निकलना

Molina Healthcare of Washington के पास, शहर और काउंटी जेलों, सुधार सुविधाओं के विभाग और बाल हिरासत और पुनर्वास सुविधाओं में कैद सभी सदस्यों के स्थानांतरण और देखभाल के प्रबंधन के लिए एक समर्पित टीम है। सूचना मिलने पर, सदस्यों की वापसी की योजना का प्रबंधन करने, संसाधनों की सहायता देने, समुदाय में उनकी सुचारु वापसी सुनिश्चित करने के लिए केस प्रबंधन स्टाफ़, जेल स्टाफ़, और संबद्ध भागीदारों के साथ मिलकर काम करेगा।

कारावास के शुरुआती 30 कैलेंडर दिनों तक या सदस्य की रिहाई के बाद आवश्यकतानुसार स्थानांतरण काल में देखभाल समन्वय प्रदान किया जाएगा और इसमें निम्नलिखित चीज़ें शामिल हो सकती हैं, लेकिन इन तक सीमित नहीं हैं:

- सदस्यों को अपॉइंटमेंट के लिए परिवहन में सहायता करना
- चिकित्सा और/या आचरणगत स्वास्थ्य प्रदाताओं के साथ देखभाल स्थापित करना
- आवास संबंधी संसाधन प्रदान करना
- आवश्यकतानुसार रोज़गार सहायता
- अनुरोध के अनुसार अन्य सहायता संबंधी सेवाएं

अतिरिक्त देखभाल प्रबंधन सेवाओं में, ज़रूरत के मुताबिक सेवा की अनुमति प्रदान करके और शीघ्रता से दवाएं प्रदान करके यह सुनिश्चित करना शामिल है कि देखभाल में कोई देरी या अंतराल न हो।

केस प्रबंधन

केस प्रबंधन सेवाएं नर्सों और सामाजिक कार्यकर्ताओं द्वारा प्रदान की जाती हैं, जो सदस्यों को पुरानी बीमारियों और आत्म-देखभाल में आने वाली बाधाओं का प्रबंधन करने में मदद करती हैं। केस मैनेजर ऐसा करके मदद कर सकते हैं:

- आपके प्रदाताओं के साथ देखभाल का प्रबंधन करना
- आपको आवश्यक सेवाओं के लिए रेफ़र करना
- आपको सामुदायिक संसाधनों से जोड़ना
- स्वास्थ्य शिक्षा और कोचिंग प्रदान करना
- आपकी स्वास्थ्य स्थितियों को प्रबंधित करने में मदद करना

Molina Healthcare अपने सदस्यों के बारे में जानना चाहता है और ज़रूरतमंद लोगों को जल्द से जल्द केस प्रबंधन सेवाएं प्रदान करना चाहता है। केस प्रबंधन में नामांकित सदस्यों को नामांकन के शुरुआती 60 दिनों में हमारी टीम कॉल करती है, जिसमें उनसे स्क्रीनिंग से जुड़े प्रश्न (इसे स्वास्थ्य आकलन भी कहा जाता है) पूछे जाते हैं। अगर हम फ़ोन के ज़रिए आपसे संपर्क नहीं कर पाते हैं, तो हम आपको स्वास्थ्य आकलन के प्रश्न मेल करेंगे। आप इसे भरकर संलग्न लिफाफे में वापस भेज सकते हैं (डाक शुल्क की आवश्यकता नहीं है), हमें वापस कॉल करें, या आकलन पूरा करने के लिए [MyMolina.com](https://www.mymolina.com) पर ऑनलाइन जाएं।

केस प्रबंधन निम्नलिखित विशेष प्रोग्रामों में भी सहायता करता है:

- बैरिएट्रिक सर्जरी
- व्यावहारिक आचरण के विश्लेषण (ABA) वाली थेरेपी
- ट्रांसजेंडर के स्वास्थ्य से जुड़ी सेवाएं
- विशेष स्वास्थ्य देखभाल की आवश्यकता वाले बच्चे

- प्रत्यारोपण
- सदस्यों को शिक्षा, संसाधन, और अपनी स्थिति को बेहतर ढंग से समझने में मदद करने के लिए सहायता प्रदान करना

केस प्रबंधन सेवाओं के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया 1-800-869-7165 (TTY 711) पर सदस्य सेवाओं को कॉल करें।

Health Home प्रोग्राम³

Health Home क्या है?

अगर आप Health Home सेवाओं के लिए पात्र हैं, तो आपको स्वागत कॉल और प्रोग्राम और सेवाओं के बारे में बताने वाला एक पत्र प्राप्त होगा। एक देखभाल प्रबंधक आपसे मिलने और आपको Health Home सेवाएं व्यक्तिगत रूप से प्रदान करने के लिए उपलब्ध होगा।

Health Home सेवाओं के लिए कौन पात्र है?

Health Home सेवाएं Apple Health के उन सदस्यों के लिए हैं, जिन्हें अपनी पुरानी स्थितियों के प्रबंधन में सहायता की और प्रदाताओं और सामुदायिक सेवाओं के बीच देखभाल के प्रबंधन में मदद की आवश्यकता है। Health Care Authority यह तय करता है कि Health Home सेवाओं के लिए कौन पात्र है।

Health Home कोई भौतिक जगह नहीं है। यह देखभाल प्रबंधन सेवाओं का एक सेट है। इन सेवाओं में शामिल हैं:

- व्यापक देखभाल प्रबंधन
- देखभाल प्रबंधन और स्वास्थ्य की बेहतरी
- व्यापक स्थानांतरण योजना - जब आपको अस्पताल या नर्सिंग होम जैसे किसी अन्य संस्थान से छुट्टी मिलती है, तो मदद प्राप्त करें
- व्यक्तिगत और परिवार सहायता सेवाएं - आपके स्वास्थ्य लक्ष्यों तक पहुंचने में सहायता प्रदान करने के लिए परिवार, दोस्तों और देखभाल करने वालों को शिक्षित करती हैं
- सामुदायिक और सामाजिक सहायता सेवाओं के लिए रेफरल
- आपकी पुरानी बीमारियों के लिए सहायता और आपके स्वास्थ्य लक्ष्यों को पूरा करने में सहायता

Health Home प्रोग्राम में शामिल होने से मेरा मौजूदा कवरेज किस तरह प्रभावित होता है?

आपके अपील संबंधी अधिकारों सहित, Apple Health से जुड़े मौजूदा लाभ नहीं बदलते हैं

- आप अपने मौजूद प्रदाताओं को बनाए रख सकते हैं
- Health Home देखभाल प्रबंधन सेवाएं स्वैच्छिक अतिरिक्त लाभ हैं, जो आपको बिना किसी खर्च के उपलब्ध हैं

किसी प्रबंधित देखभाल प्लान के बिना कवर की गई Apple Health सेवाएँ

Apple Health कुछ अन्य सेवाओं को कवर करता है, जो प्रबंधित देखभाल योजना (जिसे सेवा-के लिए-शुल्क के रूप में भी जाना जाता है) के अंतर्गत कवर नहीं की जाती हैं। समुदाय-आधारित कार्यक्रमों से मिलने वाले अन्य लाभों और सेवाओं की सूची नीचे दी गई है, बशर्ते आप हमारे साथ नामांकित हों। इन सेवाओं को प्राप्त करने और आपकी देखभाल का समन्वय करने में आपकी मदद करने के लिए हम आपके PCP के साथ प्रबंधन करेंगे। सभी सेवाओं के लिए आपको अपने ProviderOne सेवा कार्ड का उपयोग करना होगा।

सूची में नहीं दिए गए किसी लाभ या सेवा के बारे में प्रश्न पूछने के लिए हमें कॉल करें। सेवाओं की पूरी सूची के लिए, प्रबंधित देखभाल योजना के बिना Apple Health कवरेज पुस्तिका देखें:

hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/19-065.pdf।

³ Apple Health Expansion के अंतर्गत Health Home प्रोग्राम कवर नहीं है।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
गर्भपात सेवाएँ	<p>Apple Health सेवा-के लिए-शुल्क कवर करता है:</p> <ul style="list-style-type: none"> • दवाई से गर्भपात, जिसे गर्भपात की गोली के रूप में भी जाना जाता है। • सर्जिकल गर्भपात, जिसे इन-क्लिनिक गर्भपात भी कहा जाता है। <p>Apple Health प्रबंधित देखभाल संगठन (MCO) में नामांकित ग्राहक, गर्भपात सेवाओं के लिए खुद को अपने MCO से बाहर रेफ़र कर सकते हैं। किसी भी जटिलता के लिए फ़ॉलोअप शामिल है।</p>
एम्बुलेंस सेवाएं (एयर)	<p>प्रबंधित देखभाल संगठन (MCO) में नामांकित क्लाइंट सहित, Apple Health क्लाइंट को प्रदान की जाने वाली सभी एयर एंबुलेंस वाली परिवहन सेवाएं।</p>
एम्बुलेंस सेवाएं (जमीनी)	<p>प्रबंधित देखभाल संगठन (MCO) में नामांकित क्लाइंट सहित, Apple Health क्लाइंट को सभी ग्राउंड एंबुलेंस वाली परिवहन सेवाएं, आपातकालीन और गैर-आपातकालीन, प्रदान की जाती हैं।</p>
संकटकालीन सेवाएं	<p>आपके रहने के स्थान के आधार पर, आपकी सहायता के लिए संकटकालीन सेवाएं उपलब्ध हैं। जीवन के लिए खतरा पैदा करने वाली आपात स्थिति के लिए 911 पर कॉल करें या मानसिक स्वास्थ्य संबंधी आपात स्थिति के लिए 988 पर कॉल करें। अपने क्षेत्र के आँकड़े देखने के लिए पेज नंबर 20 पर जाएँ।</p> <p>राष्ट्रीय आत्महत्या रोकथाम लाइफ़लाइन के लिए: 988 पर कॉल या टेक्स्ट करें या 1-800-273-8255 पर कॉल करें, TTY उपयोगकर्ता 1-206-461-3219 पर कॉल करें। मानसिक स्वास्थ्य या मादक पदार्थ के उपयोग से जुड़े विकार वाले संकट के लिए, कृपया आचरणगत स्वास्थ्य प्रशासन संगठन (BH-ASO) को कॉल करें। Apple Health पात्रता पर ध्यान दिए बिना, Washington के निवासियों के लिए BH-ASO सहायता संकट सेवाएं। फ़ोन नंबर ऊपर पेज नंबर 20 पर या इस लिंक पर देखे जा सकते हैं: hca.wa.gov/mental-health-crisis-lines।</p>
दंत चिकित्सा सेवाएँ	<p>अनुबंधित सेवाओं में शामिल हैं:</p> <ul style="list-style-type: none"> • डेंटिस्ट द्वारा लिखे गए प्रिस्क्रिप्शन। • ABCD प्रमाणित प्रदाता द्वारा प्रदान की जाने वाली ABCD सेवाएं। • डेंटिस्ट द्वारा प्रदान की जाने वाली चिकित्सा/सर्जरी सेवाएँ। • अस्पताल/एंबुलेंस वाली सर्जरी सेंटर फ़ैसिलिटी का शुल्क। <p>Apple Health द्वारा अन्य सभी दंत चिकित्सा सेवाएं, बिना किसी प्रबंधित देखभाल योजना के कवर की जाती हैं। आपको किसी ऐसे दंत चिकित्सक को दिखाना चाहिए, जिसने बिना किसी प्रबंधित देखभाल योजना के, आपके ProviderOne सेवा कार्ड का उपयोग करके Apple Health को बिल देने के लिए सहमति व्यक्त की हो।</p> <p>ज़्यादा जानकारी यहाँ उपलब्ध है:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ऑनलाइन hca.wa.gov/dental-services पर या • 1-800-562-3022 पर HCA को कॉल करें। <p>Washington Apple Health को ऑनलाइन स्वीकार करने वाले प्रदाता को ढूँढने के लिए, इन लिंक पर जाएँ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • DentistLink.org या • Fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider/

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
चशमों और फ़िटिंग की सेवाएँ	<p>20 साल या इससे कम उम्र के बच्चों के लिए - प्रबंधित देखभाल योजना के बिना चशमों की फ़्रेम, लेंस और कॉन्टैक्ट लेंस, Apple Health कवरेज के तहत कवर किए गए होते हैं।</p> <p>21 साल या इससे ज़्यादा उम्र के वयस्कों के लिए - चशमों की फ़्रेम और लेंस Apple Health के तहत कवर नहीं किए जाते हैं, लेकिन अगर आप उन्हें खरीदना चाहें, तो आप उन्हें प्रतिभागी ऑप्टिकल प्रदाताओं से कम कीमत पर ऑर्डर कर सकते हैं। यहाँ जाएँ: hca.wa.gov/assets/free-or-low-cost/optical_providers_adult_medicaid.pdf।</p>
फ़र्स्ट स्टेप्स मैटर्निटी सपोर्ट सर्विसेस (MSS), इन्फ़ैंट केस मैनेजमेंट (ICM) और चाइल्डबर्थ एजुकेशन (CBE)	<p>MSS में गर्भवती और प्रसूता महिलाओं को घर या ऑफ़िस में स्वास्थ्य और जागरूकता सेवाएँ दी जाती हैं, ताकि उनकी गर्भावस्था अच्छी रहे और शिशु स्वस्थ रहे।</p> <p>ICM में एक साल तक की उम्र के बच्चों वाले परिवारों को समुदाय के चिकित्सीय, सामाजिक, शैक्षणिक और अन्य संसाधनों के बारे में बताया जाता है और उनका उपयोग करना सिखाया जाता है, ताकि शिशु और परिवार अच्छी तरह जीवनयापन कर सकें।</p> <p>CBE में गर्भवती महिलाओं और उनके सहायकों को सामूहिक कक्षाएँ प्रदान की जाती हैं, जिनमें अधिकृत HCA CBE प्रदाता शिक्षा देता है। विषयों में गर्भावस्था में चेतावनी के लक्षण, पोषण, स्तनपान, प्रसव योजना, प्रसव-काल और प्रसव के दौरान अपेक्षाएँ, और नवजात शिशु की सुरक्षा शामिल है।</p> <p>अपने क्षेत्र के प्रदाताओं के बारे में जानने के लिए, hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/i-need-medical-dental-or-vision-care/first-steps-enhanced-services पर जाएँ।</p>
बच्चों के लिए आंतरिक रोगी मानसिक चिकित्सा देखभाल (5 से 17 साल तक के बच्चों के लिए Children's Long-term Inpatient Program (CLIP))	यह प्रोग्राम, डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ (DOH) द्वारा प्रमाणित एजेंसियों के द्वारा ही प्रदान किया जाना चाहिए। ये सेवाएँ प्राप्त करने में मदद के लिए हमें कॉल करें।
दीर्घकालिक देखभाल सेवाएँ और सहायता (LTSS)	इस बुकलेट का पेज नंबर 45 देखें।
नसबंदी, 20 साल और उससे कम उम्र	स्टेरेलाइज़ेशन फ़ॉर्म 30 दिन पहले पूरा करे या छूट से जुड़ी ज़रूरतों को पूरा करे। नसबंदी को हटाना कवरेज में शामिल नहीं है।
ट्रांसहेल्थ सेवाएँ	इन सेवाओं में सर्जरी, सर्जरी के बाद की समस्याएँ और निचले हिस्से की सर्जरी की तैयारी के लिए इलेक्ट्रोलाइट्स या लेज़र हेयर रिमूवल। पहले स्वीकृति लेना ज़रूरी है। पहले स्वीकृति लेने के लिए 1-800-562-3022 पर कॉल करें या transhealth@hca.wa.gov पर ईमेल भेजें। अधिक जानकारी के लिए hca.wa.gov/transhealth पर जाएँ।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
Substance Using Pregnant People (SUPP) प्रोग्राम	SUPP कार्यक्रम ऐसी गर्भवती महिलाओं के लिए एक अंतःरोगी अस्पताल-आधारित कार्यक्रम है, जिन्हें चिकित्सा की ज़रूरत है और जिनका मादक पदार्थ उपयोग का इतिहास है। कार्यक्रम का उद्देश्य अस्पताल की व्यवस्था में वापसी प्रबंधन और चिकित्सा स्थायित्व और उपचार प्रदान करके, बच्चे को जन्म देने वाले माता-पिता और उनके अजन्मे बच्चे को होने वाले नुकसान को कम करना है। ज़्यादा जानकारी और अधिकृत प्रदाताओं की सूची देखने के लिए, यहाँ जाएँ hca.wa.gov/supp-program .
गैर आपातकालीन मेडिकल अपॉइंटमेंट के लिए परिवहन की सुविधा	Apple Health गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य देखभाल अपॉइंटमेंट के लिए आने-जाने के लिए ज़रूरी परिवहन सेवाओं का भुगतान करता है। सेवाओं और सीमाओं के बारे में जानने के लिए, अपने क्षेत्र में परिवहन सेवा प्रदाता (ब्रोकर) को कॉल करें। आपका क्षेत्रीय ब्रोकर आपके लिए सबसे उचित, कम से कम खर्च वाले परिवहन की व्यवस्था करेगा। ब्रोकर्स की सूची hca.wa.gov/transportation-help पर उपलब्ध है।

दीर्घकालिक सेवाएँ और सहायता (LTSS)¹

वृद्धावस्था और एजिंग एंड लॉन्ग-टर्म सपोर्ट एडमिनिस्ट्रेशन (AL TSA) - गृह और समुदायिक सेवाएं (HCS) वृद्ध लोगों और विकलांग व्यक्तियों के लिए, घर के भीतर देखभाल या सामुदायिक आवासीय व्यवस्था सहित उनके अपने घरों में लंबे समय के लिए उपलब्ध देखभाल सेवाएं प्रदान करता है। HCS, लोगों को नर्सिंग होम से निकलने में सहायता करने और पारिवारिक देखभाल करने वालों की सहायता करने के लिए भी सेवाएं प्रदान करता है। ये सेवाएं आपके हेल्थ प्लान द्वारा प्रदान नहीं की जाती हैं। लंबे समय के लिए उपलब्ध देखभाल सेवाओं के बारे में और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए, अपने स्थानीय HCS कार्यालय को कॉल करें।

LTSS

यह ज़रूरी है कि AL TSA गृह और सामुदायिक सेवाएं ने इन सेवाओं को मंजूर करे। ज़्यादा जानकारी के लिए अपने लोकल HCS ऑफ़िस को कॉल करें:

रीजन 1 – Adams, Asotin, Benton, Chelan, Columbia, Douglas, Ferry, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Walla Walla, Whitman, Yakima – 1-509-568-3767 या 1-866-323-9409

रीजन 2N – Island, San Juan, Skagit, Snohomish और Whatcom – 1-800-780-7094 नर्सिंग फ़ैसिलिटी इनटेक

रीजन 2S – King – 1-206-341-7750

रीजन 3 – Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Kitsap, Lewis, Mason, Pacific, Pierce, Thurston, Skamania, Wahkiakum – 1-800-786-3799

विकासात्मक विकलांगता प्रशासन (DDA) का उद्देश्य विकासात्मक विकलांगता वाले बच्चों और वयस्कों के साथ-साथ उनके परिवारों को उनकी ज़रूरत और पसंद के आधार पर, उनके समुदाय में सेवाएं और सहायता प्राप्त करने में मदद करना है। सेवाओं और सहायता के बारे में और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए, dshs.wa.gov/dda/ पर जाएं या नीचे सूची में दिए गए अपने स्थानीय DDA कार्यालय को कॉल करें।

¹ Apple Health Expansion के तहत लंबे समय के लिए उपलब्ध सेवाएं और सहायता उपलब्ध नहीं हैं।

शारीरिक या मानसिक विकास से जुड़ी अक्षमताओं वाले लोगों के लिए सेवाएँ

यह ज़रूरी है कि विकासात्मक विकलांगता प्रशासन (DDA) इन सेवाओं को मंज़ूर करे। अगर आपको जानकारी या सेवाएँ चाहिए, तो कृपया अपने DDA स्थानीय कार्यालय से यहाँ संपर्क करें:

रीजन 1 – Asotin, Chelan, Douglas, Ferry, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Whitman
1-800-319-7116 पर कॉल करें या R1ServiceRequestA@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

रीजन 1 – Adams, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Walla Walla, Yakima
1-866-715-3646 पर कॉल करें या R1ServiceRequestB@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

रीजन 2N – Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom -
1-800-567-5582 पर कॉल करें या R2ServiceRequestA@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

रीजन 2S – King
1-800-974-4428 पर कॉल करें या R2ServiceRequestB@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

रीजन 3 – Kitsap, Pierce
1-800-735-6740 पर कॉल करें या R3ServiceRequestA@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

रीजन 3 – Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Lewis, Mason, Pacific, Skamania, Thurston, Wahkiakum
1-888-707-1202 पर कॉल करें या R3ServiceRequestB@dshs.wa.gov पर ईमेल भेजें

बाल, युवा और परिवार विभाग (DCYF), पांच वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए सेवाएँ और कार्यक्रम उपलब्ध कराता है।

Early Childhood Education and Assistance (ECEAP) और Head Start, Washington के प्री-किंडरगार्टन प्रोग्राम हैं, जो कम आय वाले परिवारों के तीन और चार वर्षीय बच्चों को स्कूल और जीवन में सफलता के लिए तैयार करते हैं। ECEAP स्कूल से पहले की उम्र के किसी भी बच्चे और परिवार के लिए खुला है, अगर वे आय सीमा के दायरे में आते हैं। ECEAP और Head Start प्री-स्कूल विज़िट के लिए dcyf.wa.gov/services/earlylearning-childcare/eceap-headstart पर जाएँ।

शिशुओं और नन्हे बच्चों के लिए प्रारंभिक सहायता (ESIT) सेवाएँ, जन्म से तीन साल तक के, विकासात्मक विलंब या विकलांगता वाले बच्चों को बचपन के शुरुआती वर्षों के दौरान और भविष्य में अलग-अलग व्यवस्थाओं में सक्रिय और सफल होने में सक्षम बनाने के लिए डिज़ाइन की गई हैं। व्यवस्थाओं में उनके घर, चाइल्डकेयर, प्रीस्कूल या स्कूल प्रोग्राम और उनके समुदाय शामिल हो सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए, dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit पर जाएँ।

परिवारों के लिए घर का दौरा स्वैच्छिक, परिवार-केंद्रित है और आपके बच्चे के शारीरिक, सामाजिक और भावनात्मक स्वास्थ्य में सहायता करने के लिए भावी माता-पिता और नए शिशुओं और छोटे बच्चों वाले परिवारों को दिया जाता है। अधिक जानकारी के लिए, dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/home-visiting पर जाएँ।

प्रारंभिक बचपन हस्तक्षेप और रोकथाम सेवाएँ (ECLIPSE) जन्म से पांच साल तक के उन बच्चों की सेवा करता है, जिन्हें बाल दुर्व्यवहार और उपेक्षा का खतरा है और गहरे सदमे का सामना करने कारण आचरण पर आधारित स्वास्थ्य समस्याओं का अनुभव कर सकते हैं। सेवाएँ King काउंटी और Yakima काउंटी में प्रदान की जाती हैं। अधिक जानकारी के लिए, dcyf.wa.gov/services/early-learning-providers/eceap पर जाएँ।

हमसे संपर्क करें और हम आपको इन सेवाओं से जोड़ने में मदद कर सकते हैं।

शामिल नहीं की गई सेवाएँ (कवर नहीं की गई)

निम्नलिखित सेवाएँ Apple Health Expansion, या Apple Health द्वारा प्रबंधित देखभाल योजना के बिना कवर नहीं की जाती हैं। अगर आप इनमें से कोई भी सेवा लेते हैं, तो आपको बिल का भुगतान करना पड़ सकता है। किसी भी प्रश्न के लिए Molina Healthcare को कॉल करें या देखें कि क्या ऐसी सेवा के लिए कोई मूल्य-वर्धित लाभ विकल्प है जिसे कवर नहीं किया गया है। अधिक जानकारी के लिए hca.wa.gov/vab-chart पर हमारी मूल्य-वर्धित लाभों की निर्देशिका देखें।

सेवा	अतिरिक्त जानकारी
वैकल्पिक चिकित्सा	एक्यूपंचर, धर्म आधारित चिकित्सा, आस्था चिकित्सा, हर्बल थेरेपी, होम्योपैथी, मसाज या मसाज थेरेपी।
वयस्कों (21 साल और इससे ज़्यादा उम्र के लोगों) के लिए काइरोपैक्टिक देखभाल	
स्वैच्छिक कॉस्मेटिक या प्लास्टिक सर्जरी	इनमें फ़ेस लिफ़्ट, टैटू हटाना या हेयर ट्रांसप्लांट शामिल हैं।
बाँझपन, नपुंसकता और यौन अक्षमता की जाँच और उपचार	
वैवाहिक परामर्श और सेक्स थेरेपी	
गैर चिकित्सा उपकरण	जैसे कि रैंप या घर में किए जाने वाले अन्य बदलाव।
व्यक्तिगत आराम के आइटम	
रोज़गार, बीमा या लाइसेंसिंग के लिए ज़रूरी शारीरिक परीक्षण	
ऐसी सेवाएँ, जिनकी अनुमति संघीय या राज्य के कानून नहीं देते हैं या जिनकी अनुमति अमेरिका के द्वीपीय क्षेत्रों में नहीं होती है	अमेरिका के द्वीपीय क्षेत्रों में शामिल हैं: <ul style="list-style-type: none"> • Puerto Rico • Guam • U.S. Virgin Islands • Northern Mariana Islands • American Samoa
United States से बाहर प्रदान की जाने वाली सेवाएँ	
वज़न घटाने और नियंत्रित करने की सेवाएँ	वज़न घटाने के उद्देश्य से वजन घटाने वाली दवाएँ, उत्पाद, जिम सदस्यताएँ या उपकरण।

अपने स्वास्थ्य की जानकारी एक्सेस करना



My Molina मोबाइल ऐप

Molina Healthcare का एक मोबाइल ऐप है, जिसे आप (अंग्रेज़ी या स्पेनिश में) डाउनलोड कर सकते हैं। यह ऐप आपको अपने स्मार्टफ़ोन या टैबलेट के ज़रिये उपयोगी सदस्य जानकारी तक आसान पहुंच प्रदान करता है। इससे आप यह कर सकते हैं:

- अपने आसपास किसी प्रदाता या क्लिनिक को ढूँढ सकते हैं
- अपने फ़ोन से अपना Molina ID कार्ड देख सकते हैं
- अपना प्रदाता बदलें
- अपने परिवार के लिए अतिरिक्त सहायता पाने के लिए सामुदायिक संसाधन देखें
- इसके अलावा और भी बहुत कुछ!

ऐप डाउनलोड करने के लिए Apple App Store या Google Play Store पर जाएँ; या नीचे दिए गए QR कोड को स्कैन करें।



अगर आपको मदद की ज़रूरत है, तो कृपया 1-800-869-7165 (TTY 711) पर Molina Healthcare को कॉल करें।



MyMolina.com

अगर आप डेस्कटॉप कंप्यूटर का उपयोग करते हैं, तो नया ID कार्ड आसानी से प्राप्त करने, केस मैनेजर का अनुरोध करने, स्वास्थ्य संबंधी जानकारी देखने के साथ ही और भी बहुत कुछ करने के लिए हमारे सुरक्षित सदस्य पोर्टल

[MyMolina.com](https://www.molinahc.com) पर जाएँ।

अगर आप अपने प्रदाता, हेल्थ प्लान या देखभाल के किसी पहलू से नाखुश हैं

आपको या आपके अधिकृत प्रतिनिधि को शिकायत दर्ज करने का अधिकार है। इसे परिवाद कहा जाता है। शिकायत दर्ज करने से आपके निजता के अधिकार जोखिम में नहीं पड़ेंगे। हम परिवाद दर्ज करने में आपकी मदद करेंगे। परिवाद दर्ज करने के लिए हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें या इस पते पर मेल भेजें:

ईमेल: WAMemberServices@MolinaHealthcare.com

फ़ैक्स: 1-877-814-0342

पता: Molina Healthcare

Attention: Member Appeals

P.O. Box 4004

Bothell, WA 98041-4004

परिवाद या शिकायतें इन मामलों से संबंधित हो सकती हैं:

- आपके डॉक्टर के ऑफ़िस से जुड़ी कोई समस्या।
- अपने डॉक्टर से बिल मिलने से जुड़ी कोई समस्या।
- भुगतान नहीं किए गए चिकित्सा बिल के कारण वसूली के लिए भेजा जाना।
- आपकी देखभाल की गुणवत्ता या आपके साथ कैसा व्यवहार किया गया।
- डॉक्टरों या हेल्थ प्लान द्वारा प्रदान की गई सेवा।
- स्वास्थ्य सेवा प्राप्त करने में आपको होने वाली कोई अन्य समस्याएं।

हम आपको फ़ोन या पत्र द्वारा दो कार्यदिवस के अंदर यह बता देंगे कि हमें आपका परिवाद या शिकायत मिल गई है। हम आपकी समस्याओं को जल्द से जल्द सुलझाने की कोशिश करेंगे, इसमें 45 दिन से ज़्यादा समय नहीं लगेगा। आप हमें कॉल करके हमारी शिकायत नीति की मुफ़्त प्रति प्राप्त कर सकते हैं।

आचरणगत स्वास्थ्य सलाहकार (जिन्हें पहले Ombuds कहा जाता था)

व्यवहार से संबंधित स्वास्थ्य की देखभाल करने वाला व्यक्ति ऐसा कोई व्यक्ति होता है, जो आपके व्यवहार से जुड़ी स्वास्थ्य सेवाओं से संबंधित चिंताओं के संबंध में निशुल्क और गोपनीय सहायता प्रदान करने के लिए उपलब्ध रहता है। अगर व्यवहार से जुड़े स्वास्थ्य के बारे में आपका कोई परिवाद, अपील या निष्पक्ष सुनवाई की बात हो, तो ये आपकी समस्याओं के समाधान में आपकी मदद कर सकते हैं। आचरणगत स्वास्थ्य सलाहकार का आपके हेल्थ प्लान से कोई लेना-देना नहीं है। यह सेवा ऐसा कोई व्यक्ति उपलब्ध कराता है, जिसने पहले व्यवहारात्मक स्वास्थ्य सेवाएँ ली हैं या ऐसा कोई व्यक्ति जिसके परिवार में किसी ने व्यवहारात्मक स्वास्थ्य सेवाएँ ली हैं।

अपने क्षेत्र में आचरणगत स्वास्थ्य सलाहकार से संपर्क करने के लिए नीचे दिए गए फ़ोन नंबरों का उपयोग करें।

हर क्षेत्र के लिए संपर्क नंबर 1-800-366-3103 है। या आचरणगत स्वास्थ्य सलाह कार्यालय को info@obhadvocacy.org पर ईमेल करें।

Molina Healthcare ने मानसिक स्वास्थ्य शामिल करने के लिए Teladoc के माध्यम से हमारी वर्चुअल सेवाओं में विस्तार किया है। अब सदस्य आपके चुने हुए वातावरण में गोपनीय थेरेपी प्राप्त कर सकते हैं।

- चिंता, खाने के विकार, अवसाद, शोक, पारिवारिक परेशानियों और अन्य के बारे में सहायता प्राप्त करें
- बोर्ड-प्रमाणित मनोचिकित्सकों, मनोवैज्ञानिकों या लाइसेंस प्राप्त चिकित्सकों में से किसी का चयन करें
- विशेषज्ञता, स्थान, भाषा, लिंग और दवा लिखने की क्षमता के आधार पर कोई चिकित्सक चुनें

अपनी ऑनलाइन विज़िट के लिए अपॉइंटमेंट तय करें। अपॉइंटमेंट, स्थानीय समय के अनुसार सप्ताह में सातों दिन, सुबह 7 से रात 9 बजे तक उपलब्ध हैं। सदस्य चल रहे अपॉइंटमेंट के लिए भी उसी चिकित्सक को रख सकते हैं।

आज ही एक गोपनीय चिकित्सा अपॉइंटमेंट तय करें! [Teladoc.com/MolinaWA](https://www.teladoc.com/MolinaWA) पर जाएं या (844)-870-6821 (TTY 711) पर कॉल करें।

रीजन	काउंटी	संकटकालीन लाइनें
Great Rivers	Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific, Wahkiakum	1-800-803-8833
Greater Columbia	Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman, Yakima	1-888-544-9986
King	King	1-866-427-4747
North Central	Chelan, Douglas, Grant, Okanogan	1-800-852-2923
North Sound	Island, San Juan, Skagit, Snohomish, Whatcom	1-800-584-3578
Pierce	Pierce	1-800-576-7764
Salish	Clallam, Jefferson, Kitsap	1-888-910-0416
Spokane	Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane, Stevens	1-877-266-1818
Southwest	Clark, Klickitat, Skamania	1-800-626-8137
Thurston-Mason	Mason, Thurston	1-800-270-0041

अस्वीकृतियों, अपील और प्रशासनिक सुनवाई के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी

अस्वीकृति उसे कहते हैं, जब आपका हेल्थ प्लान, आपके द्वारा या आपके डॉक्टर द्वारा मांगी गई सेवा को स्वीकृत नहीं करता या उसका भुगतान नहीं करता है। जब हम किसी सेवा से इनकार करते हैं, तो हम आपको एक पत्र भेजते हैं, जिसमें आपको बताया जाता है कि हमने अनुरोधित सेवा से इनकार क्यों किया। यह पत्र हमारे निर्णय की आधिकारिक सूचना होता है। यह आपको आपके अधिकारों और अपील का अनुरोध करने के तरीके के बारे में जानकारी देता है।

आपको किसी भी निर्णय की समीक्षा की मांग करने का अधिकार है, अगर आप उस निर्णय से असहमत हैं, सोचते हैं कि यह सही नहीं था, सभी चिकित्सा जानकारी पर विचार नहीं किया गया था, या आपको लगता है कि निर्णय की समीक्षा किसी अन्य व्यक्ति द्वारा की जानी चाहिए।

अपील उसे कहते हैं, जब आप हमसे आपके मामले की फिर से समीक्षा करने के लिए कहते हैं, क्योंकि आप हमारे निर्णय से असहमत हैं। अगर किसी ने आपको कोई सेवा देने से मना कर दिया हो, तो आप उसके लिए अपील कर सकते हैं। अस्वीकृत की गई सेवाओं के खिलाफ़ अपील करने से आपके निजता के अधिकार जोखिम में नहीं पड़ेंगे। आप हमें बताने के लिए काल कर सकते या लिख सकते हैं, लेकिन आपको अस्वीकृति की तारीख से 60 दिनों के भीतर अपनी अपील के बारे में हमें सूचित करना होगा। हम अपील दर्ज करने में आपकी मदद कर सकते हैं। आपका प्रदाता, कोई आचरण स्वास्थ्य सलाहकार, या कोई अन्य व्यक्ति आपके लिए अपील कर सकता है, अगर आप यह कहने के लिए हस्ताक्षर करते हैं कि आप उस अपील से सहमत हैं। जब हम अपने निर्णय की समीक्षा करें, उस दौरान आपके पास सिर्फ़ 10 दिन होते हैं, अगर आप उस सेवा को प्राप्त करना जारी रखना चाहते हैं जो आपको मिल रही है। अपील के लिए आपका अनुरोध प्राप्त होने के पांच दिन के अंदर हम आपको लिखित में जवाब देकर इसकी जानकारी देंगे। ज़्यादातर मामलों में हम 14 दिनों के अंदर आपकी अपील की समीक्षा करेंगे और उस पर निर्णय लेंगे। अगर हमें निर्णय लेने के लिए अधिक समय चाहिए होगा, तो हम इस बारे में आपको ज़रूर बताएंगे। अपील का निर्णय 28 दिनों के अंदर किया जाना चाहिए।

आप अपील का अनुरोध मौखिक या लिखित रूप से कर सकते हैं। लिखित में अपील अनुरोध Member Appeals, Molina Healthcare, P.O. Box 4004, Bothell, WA 98041-4004 को, फ़ैक्स के जरिये 1-877-814-0342 पर या ईमेल के जरिये WAMemberServices@MolinaHealthcare.com पर भेजे। हम आपकी अपील दर्ज करने में आपकी मदद कर सकते हैं। मौखिक रूप से अपील का अनुरोध करने के लिए, हमें 1-800-869-7165 (TTY 711) पर कॉल करें।

ध्यान दें: अगर अपील की प्रक्रिया के दौरान आपको सेवा मिलती रहती है और आप अपील हार जाते हैं, तो **आपको प्राप्त हुई सेवाओं का भुगतान करना पड़ सकता है।**

अगर वह अर्जेंट है। बहुत ज़्यादा आवश्यक चिकित्सा स्थितियों के लिए, आप या आपका डॉक्टर हमें कॉल करके त्वरित (शीघ्र) अपील के लिए कह सकते हैं। अगर आपकी चिकित्सा स्थिति की ज़रूरत है, तो आपकी देखभाल के बारे में तीन दिन के अंदर निर्णय ले लिया जाएगा। तुरंत अपील की मांग करने के लिए, हमें बताएं कि आपको जल्द निर्णय की ज़रूरत क्यों है। अगर हम आपके अनुरोध को अस्वीकार करते हैं, तो आपकी अपील की समीक्षा ऊपर बताई गई उसी समय सीमा में की जाएगी। अगर हम तुरंत अपील के आपके अनुरोध को अस्वीकार करते हैं, तो हम आपको मौखिक सूचना जल्द देने के लिए उचित प्रयास ज़रूर करेंगे। अगर आपको आपके त्वरित अपील के अनुरोध को मानक अपील में बदलने का हमारा निर्णय पसंद नहीं है, तो आप शिकायत दर्ज कर सकते हैं। अगर हम आपके तुरंत अपील के अनुरोध को अस्वीकार करते हैं, तो हम आपको कॉल करने की कोशिश करेंगे, ताकि हम अस्वीकृति का कारण बता सकें और आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर देने में मदद कर सकें। हम निर्णय के दो दिनों के अंदर सूचना मेल ज़रूर करेंगे।

अगर आप अपील के निर्णय से असहमत हैं, तो आपको प्रशासनिक सुनवाई की मांग करने का अधिकार है। प्रशासनिक सुनवाई में कोई ऐसा प्रशासनिक विधि न्यायाधीश आपके मामले की समीक्षा करेगा, जो हमारे लिए या HCA के लिए काम नहीं करता।

आपके पास, प्रशासनिक सुनवाई का अनुरोध करने के लिए, अपील पर हमारे निर्णय की तिथि से 120 दिन होते हैं। अगर आप उस सेवा को प्राप्त करना जारी रखना चाहते हैं, जो हमारी अस्वीकृति से पहले से प्राप्त की जा रही थी, तो आपके पास प्रशासनिक सुनवाई की मांग करने के लिए सिर्फ 10 दिन होते हैं।

प्रशासनिक सुनवाई की मांग करने के लिए आपको प्रशासनिक सुनवाई कार्यालय को यह बताना होगा कि Molina Healthcare शामिल है; सुनवाई का कारण; किस सेवा को अस्वीकार किया गया; अस्वीकार करने की तिथि; और जिस तिथि को अपील अस्वीकार की गई। साथ ही, अपना नाम, पता और फ़ोन नंबर ज़रूर दें।

सुनवाई के लिए कोई अनुरोध सबमिट करने के लिए:

1. एडमिनिस्ट्रेटिव हियरिंग के ऑफ़िस को (oah.wa.gov) 1-800-583-8271 पर कॉल करें, या
2. या इस पते पर पत्र भेजें:
Office of Administrative Hearings
P.O. Box 42489
Olympia, WA 98504-2489

आप किसी वकील से बात कर सकते हैं या सुनवाई में किसी अन्य व्यक्ति से अपना प्रतिनिधित्व करवा सकते हैं। अगर आपको वकील ढूँढने में मदद चाहिए हो, तो nwjustice.org पर जाएँ या 1-888-201-1014 पर NW A106 जस्टिस क्लियर लाइन पर कॉल करें। वकील खोजने में मदद मांगने से आपके निजता के अधिकार जोखिम में नहीं पड़ेंगे।

प्रशासनिक सुनवाई न्यायाधीश आपको अपने निर्णय की व्याख्या करते वाली सूचना भेजेंगे। अगर आप सुनवाई के निर्णय से असहमत हैं, तो आपको निर्णय के विरुद्ध सीधे HCA के अपील बोर्ड में अपील करने या स्वतंत्र समीक्षा संगठन (IRO) से आपके मामले की समीक्षा की मांग करने का अधिकार है।

51 | क्या आपके कोई प्रश्न हैं? सदस्य सेवाओं को (800) 869-7165 या (TTY 711) पर कॉल करें।

महत्वपूर्ण समय सीमा: अगर आप सुनवाई के निर्णय के विरुद्ध अपील करने के लिए कोई कार्रवाई नहीं करते हैं, तो सुनवाई का निर्णय आपको मेल किए जाने की तिथि से **21 दिनों** के अंदर अंतिम आदेश बन जाता है।

अगर आप सुनवाई के निर्णय से असहमत हैं, तो आप स्वतंत्र समीक्षा का अनुरोध कर सकते हैं। आपको निष्पक्ष रिव्यू करवाने की ज़रूरत नहीं है और आप इस चरण को छोड़ सकते हैं और HCA के बोर्ड ऑफ़ अपील से रिव्यू करने को कह सकते हैं।

कोई **IRO** किसी डॉक्टर द्वारा की गई स्वतंत्र समीक्षा है, जो हमारे लिए काम नहीं करता है। IRO का अनुरोध करने के लिए, आपको हमें कॉल करना होगा और सुनवाई निर्णय पत्र प्राप्त होने के 21 दिनों के भीतर IRO द्वारा समीक्षा के लिए अनुरोध करना होगा। IRO की मांग करने के पांच दिनों के अंदर आपको कोई भी अतिरिक्त जानकारी हमें प्रदान करनी होगी। हम आपको IRO के निर्णय से अवगत कराएँगे।

अगर आपको IRO दर्ज करने में मदद चाहिए हो, तो कृपया Molina Healthcare से संपर्क करें:

ईमेल: WAMemberServices@MolinaHealthcare.com

फ़ैक्स: 1-877-814-0342

पता: Molina Healthcare

Attention: Member Appeals

P.O. Box 4004

Bothell, WA 98041-4004

अगर आप IRO के फैसले से खुश नहीं हैं, तो आप HCA के बोर्ड ऑफ़ अपील से अपने केस का रिव्यू करने के लिए रिव्यू जज का अनुरोध कर सकते हैं। का अनुरोध कर सकते हैं। अपने IRO फैसले का पत्र पाने के बाद आपके पास रिव्यू का अनुरोध करने के लिए केवल 21 दिन का समय होता है। समीक्षा न्यायाधीश का निर्णय अंतिम होता है। रिव्यू जज से अपने केस का रिव्यू करने का अनुरोध करने के लिए:

- 1-844-728-5212 को कॉल करें:

या

- इस पते पर पत्र भेजें:

HCA Board of Appeals

P.O. Box 42700

Olympia, WA 98504-2700

आपके अधिकार

नामांकित व्यक्ति के रूप में, आपके पास यह अधिकार है कि:

- उपचार से इनकार करने सहित, अपनी स्वास्थ्य देखभाल के बारे में निर्णय लें। इसमें शारीरिक और व्यवहार से संबंधित स्वास्थ्य सेवाएँ शामिल होती हैं।
- सभी उपलब्ध उपचार विकल्पों के बारे में जानकारी प्राप्त करें, भले ही उनकी लागत कुछ भी हो।
- अपना PCP चुनें या बदलें।
- अपने हेल्थ प्लान के बारे में किसी अन्य प्रदाता से दूसरी राय लें।
- सेवाएँ समय पर पाएँ।
- उचित सम्मान के साथ उपचार पाएँ। भेदभाव करने की अनुमति नहीं है। किसी भी व्यक्ति के साथ उसकी जाति, रंग, राष्ट्रीय मूल, लिंग, लैंगिक पसंद, आयु, धर्म, पंथ, विकलांगता या आव्रजन स्थिति के कारण अलग या अनुचित व्यवहार नहीं किया जा सकता।
- बुरे परिणामों की चिंता किए बगैर, अपनी स्वास्थ्य देखभाल और चिंताओं के बारे में खुलकर चर्चा करें।
- अपनी निजता की रक्षा करें और अपनी देखभाल के बारे में जानकारी गोपनीय रखें।
- अपने मेडिकल रिकॉर्ड की कॉपी मांगें और हासिल करें।
- ज़रूरत होने पर अपने मेडिकल रिकॉर्ड में सुधार की मांग करें और सुधार करवाएं।
- इन चीज़ों के बारे में पूछें और इनके बारे में जानकारी लें:
 - आपकी स्वास्थ्य सेवा और कवर की जा रही सेवाओं के बारे में।
 - आपके प्रदाता के बारे में और इस बारे में कि रोगियों को विशेषज्ञों और अन्य प्रदाताओं को रेफ़र कैसे किया जाता है।
 - इस बारे में कि आपकी चिकित्सा सेवा के लिए हम आपके प्रदाताओं को भुगतान कैसे करते हैं।
 - देखभाल के सभी विकल्पों के बारे में और इस बारे में कि आपको खास तरह की देखभाल क्यों मिल रही है।
 - अपनी देखभाल के बारे में चिंता या शिकायत दर्ज करने में मदद कैसे प्राप्त करें या सेवाओं की अस्वीकृति की या अपील की समीक्षा की मांग करने में मदद कैसे प्राप्त करें।
 - नीतियों और प्रक्रियाओं, कार्यप्रणाली दिशा-निर्देश और बदलावों से जुड़े सुझावों के तरीकों सहित हमारी संगठनात्मक संरचना।
- योजना नीतियां, लाभ, सेवाएं और सदस्यों के अधिकार और ज़िम्मेदारियों की जानकारी, कम से कम सालाना प्राप्त करें।
- Molina Healthcare के सदस्य के तौर पर अपने अधिकारों और ज़िम्मेदारियों के बारे में सुझाव दें
- संकटकालीन फ़ोन नंबरों की सूची प्राप्त करें।
- मानसिक या चिकित्सा संबंधी अग्रिम निर्देश प्रपत्र भरने में मदद पाएँ।

आपकी ज़िम्मेदारियाँ

नामांकित व्यक्ति के रूप में, आप सहमति देते हैं कि:

- अपने स्वास्थ्य और स्वास्थ्य देखभाल की ज़रूरतों के बारे में अपने प्रदाताओं से चर्चा करें।
- अपनी स्वास्थ्य देखभाल के बारे में निर्णय लेने में सहायता करें, जिसमें उपचार से इनकार करना भी शामिल है।
- अपनी स्वास्थ्य समस्याओं को जानें और जिन उपचार लक्ष्यों पर सहमति जताई है, उनमें जितना हो सके भाग लें।
- अपने प्रदाताओं और Molina Healthcare को अपने स्वास्थ्य के बारे में पूरी जानकारी दें।
- अपने प्रदाता के उन निर्देशों का पालन करें, जिन पर आपने सहमति जताई है।
- आप अपॉइंटमेंट का ध्यान रखेंगे और समय पर उपस्थित होंगे। अगर आपको देरी होने वाली है या अगर आपको अपॉइंटमेंट कैंसल करना है, तो आप अपने प्रदाता के ऑफ़िस को कॉल करेंगे।
- अपने प्रदाताओं को वह जानकारी दें, जिसकी ज़रूरत उन्हें आपको सेवाएं प्रदान करने का भुगतान किए जाने के लिए है।
- आप अपने सभी अपॉइंटमेंट में अपना ProviderOne सेवा कार्ड और Molina Healthcare सदस्य ID कार्ड लेकर जाएंगे।
- अपने हेल्थ प्लान और उसमें कवर की गई सेवाओं के बारे में जानें।
- जब आपको स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं की ज़रूरत हो, तब उनका उपयोग करें।
- आप स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं का उपयोग सही तरीके से करेंगे। अगर आप ऐसा नहीं करते हैं, तो आपको Patient Review and Coordination प्रोग्राम में नामांकित किया जा सकता है। इस प्रोग्राम में, आपके लिए एक PCP, एक फ़ार्मसी, नियंत्रित पदार्थों के लिए एक प्रिस्क्राइबर और गैर-आपातकालीन देखभाल के लिए एक अस्पताल असाइन किया जाता है। आपको उसी प्लान में कम से कम 12 महीने तक रहना ज़रूरी है।
- अगर आपके परिवार के सदस्यों की संख्या या स्थिति बदलती है, जैसे कि गर्भावस्था, जन्म, गोद लेना, पता बदलना, आप Medicare या अन्य बीमा के लिए पात्र हो जाते हैं, या आपके आव्रजन की स्थिति बदल जाती है, तो HCA को सूचित करें।
- आप wahealthplanfinder.org पर Washington Healthplanfinder का उपयोग करके हर साल अपने कवरेज का नवीनीकरण करवाएँगे और अपने अकाउंट में हुए बदलावों, जैसे कि आय, वैवाहिक स्थिति, जन्म, दत्तकग्रहण, पते में बदलाव और मेडिकेयर या अन्य बीमा के पात्र बनने के बदलावों की सूचना देंगे।

अग्रिम निर्देश

अग्रिम निर्देश क्या होता है?

अग्रिम निर्देश आपके स्वास्थ्य देखभाल के लिए विकल्पों को लिखित रूप में प्रस्तुत करता है। अग्रिम दिशानिर्देश आपके डॉक्टर और परिवार को यह बताते हैं कि:

- इन स्थितियों में आप किस प्रकार की स्वास्थ्य देखभाल पाना चाहेंगे या नहीं पाना चाहेंगे:
- बेहोश होने पर।
- स्वास्थ्य देखभाल से जुड़े फैसले लेने की स्थिति में न होने पर।
- अपने डॉक्टर या परिवार को यह बताने की स्थिति में न रहने पर कि आपको किस तरह की देखभाल चाहिए।
- क्या आप अपनी मृत्यु के बाद अपने अंग दान करना चाहते हैं।

- क्या आप चाहते हैं कि अगर कभी आप अपनी स्वास्थ्य देखभाल से जुड़े फ़ैसले न ले पाएँ, तो कोई और वे फ़ैसला लें।

अग्रिम निर्देश का मतलब है कि आपके प्रियजन या आपका डॉक्टर आपकी इच्छाओं के आधार पर आपके लिए चिकित्सा विकल्प चुन सकते हैं। Washington राज्य में तीन प्रकार के अग्रिम दिशानिर्देश प्रचलित हैं:

1. स्वास्थ्य देखभाल के लिए दीर्घकालीन पॉवर ऑफ़ अटॉर्नी। यह आपके लिए चिकित्सा निर्णय लेने के लिए किसी अन्य व्यक्ति को नामित करता है, अगर आप खुद निर्णय लेने में सक्षम नहीं हैं।
2. स्वास्थ्य देखभाल दिशानिर्देश (लिविंग विल)। यह लिखित दस्तावेज़ लोगों को बताता है कि क्या आप अपना जीवनकाल बढ़ाने के लिए उपचार लेना चाहते हैं।
3. अंगदान का अनुरोध।

अपने डॉक्टर और अपने करीबी लोगों से चर्चा करें। आप किसी भी समय अग्रिम निर्देश को रद्द कर सकते हैं। आप हमसे, अपने डॉक्टर से या अस्पताल से अग्रिम निर्देशों के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। आप यह भी कर सकते हैं:

- अग्रिम निर्देशों पर अपने हेल्थ प्लान की नीतियां देखने के लिए कहें।
- अगर आपके दिशानिर्देश का पालन नहीं किया गया है, तो Molina Healthcare या HCA के पास परिवाद दर्ज करें।

जीवन रक्षक उपचार के लिए डॉक्टर के आदेश (POLST) फ़ॉर्म किसी भी ऐसे व्यक्ति के लिए है, जिसकी स्वास्थ्य स्थिति गंभीर है और जिसे जीवन-रक्षक उपचार के बारे में निर्णय लेने की ज़रूरत है। आपका प्रदाता आपकी इच्छाओं को स्पष्ट और विशिष्ट चिकित्सा आदेशों के रूप में प्रस्तुत करने के लिए POLST फ़ॉर्म का उपयोग कर सकता है। अग्रिम निर्देशों के बारे में ज़्यादा जानने के लिए हमसे संपर्क करें।

मानसिक स्वास्थ्य के अग्रिम निर्देश

मानसिक स्वास्थ्य का अग्रिम निर्देश क्या होता है?

मानसिक स्वास्थ्य अग्रिम निर्देश एक ऐसा कानूनी लिखित दस्तावेज़ है, जो उस समय के लिए आपकी इच्छा को बताता है, जब आपकी मानसिक स्थिति इतनी गंभीर हो जाए कि आपको दूसरों की मदद लेनी पड़े, तब क्या किया जाए। यह तब हो सकता है जब आपका फ़ैसला खराब हो और/या आप असरदार ढंग से संचार नहीं कर पा रहे हों।

इससे दूसरों को जानकारी मिल सकती है कि आप कैसा इलाज चाहते हैं या नहीं चाहते हैं, साथ ही, इससे किसी ऐसे व्यक्ति की पहचान हो सकती है जिसे आपने अपनी ओर से फ़ैसला करने का अधिकार दिया है।

अगर आपके पास शारीरिक स्वास्थ्य देखभाल संबंधी कोई अग्रिम निर्देश है, तो आपको अपने मानसिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को बताना चाहिए ताकि उन्हें आपकी इच्छाएँ पता चलें।

मैं मानसिक स्वास्थ्य के अग्रिम निर्देश को पूरा कैसे करूँ?

आपको मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े अग्रिम दिशानिर्देश के फ़ॉर्म की कॉपी और उसे भरने के बारे में ज़्यादा जानकारी hca.wa.gov/health-care-services-and-supports/behavioral-health-recovery-mental-health-advance-directives पर मिल सकती है

Molina Healthcare, आपका आचरणगत स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता या आचरणगत स्वास्थ्य सलाहकार भी फ़ॉर्म को पूरा करने में आपकी मदद कर सकता है। ज़्यादा जानकारी के लिए हमसे संपर्क करें।

धोखाधड़ी, बर्बादी और दुरुपयोग को रोकना

जब धोखाधड़ी, बर्बादी और दुरुपयोग ऐसे ही छूट जाता है, तो करदाताओं को डॉलरों का नुकसान होता है। इन डॉलरों का इस्तेमाल Apple Health के जटिल फ़ायदों और सेवाओं का कवरेज समाज में पहुँचाने के लिए किया जा सकता है। नामांकित व्यक्ति के रूप में आप धोखादायक या बर्बादी करने वाले तरीकों की पहचान करने की खास स्थिति में होते हैं। अगर आपको इनमें से कुछ भी दिखाई दे, तो कृपया हमें बताएँ:

- अगर कोई आपके ProviderOne सेवा कार्ड के बदले में आपको पैसा या सामान ऑफ़र करता है या अगर आपको किसी स्वास्थ्य अपॉइंटमेंट पर जाने के बदले में पैसा या सामान ऑफ़र किया जाता है।
- जब आपको ऐसे सामान या सेवाओं के लाभ का स्पष्टीकरण मिले, जो आपको मिली ही नहीं हों।
- अगर आप गलत तरीके से लाभ ले रहे किसी व्यक्ति को जानते हों।
- धोखाधड़ी, दुरुपयोग या गैर-ज़रूरी लगने वाली ऐसी अन्य प्रक्रियाएँ, जिनके बारे में आपको पता चला हो।

आप अपना नाम बताकर या नाम बताए बिना धोखाधड़ी की रिपोर्ट यहाँ कर सकते हैं:

Molina Healthcare अनुपालन AlertLine

- फ़ोन टॉल फ़्री: 1-866-606-3889
- ऑनलाइन: MolinaHealthcareAlertLine.com

Molina Healthcare सदस्य सेवाएँ

- फ़ोन टॉल फ़्री: 1-800-869-7165 (TTY 711)

Molina Healthcare अनुपालन अधिकारी

Molina Healthcare of Washington
Attn: Compliance Officer
P.O. Box 4004
Bothell, WA 98041-4004

अधिक जानकारी के लिए HCA की धोखाधड़ी रोकने वाली वेबसाइट पर जाएँ: hca.wa.gov/about-hca/other-administrative-activities/fraud-prevention.

हम आपकी निजता की रक्षा करते हैं

हमारे लिए आपकी आत्रजन स्थिति के साथ ही आपकी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी की सुरक्षा करना और उसे निजी बनाए रखना कानूनन ज़रूरी है। हम फ़ायदे उपलब्ध कराने, इलाज करने, भुगतान करने और स्वास्थ्य सेवा संबंधी ऑपरेशंस करने के लिए आपकी जानकारी का इस्तेमाल करते हैं और उसे शेयर करते हैं। हम आपकी जानकारी कानून की अनुमति और ज़रूरत के हिसाब से दूसरी वजहों से भी इस्तेमाल और शेयर करते हैं।

सुरक्षित स्वास्थ्य जानकारी (PHI) का मतलब स्वास्थ्य संबंधी उस जानकारी से है, जैसे कि चिकित्सा रिकॉर्ड, जिसमें आपका नाम, सदस्य संख्या या हेल्थ प्लान में इस्तेमाल या शेयर किए जाने वाले दूसरे पहचानकर्ता शामिल हैं। हेल्थ प्लान और HCA इन वजहों से PHI को शेयर करते हैं:

- **उपचार** —आपके PCP और अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं के बीच के रेफ़रल शामिल होते हैं।
- **भुगतान** – भुगतान से संबंधित फ़ैसला लेने के लिए हम PHI का उपयोग या उसे शेयर कर सकते हैं। इसमें दावे, इलाज की मंजूरीयाँ और चिकित्सा से जुड़ी ज़रूरतों के बारे में फ़ैसले शामिल हो सकते हैं।
- **स्वास्थ्य देखभाल के क्रियाकलाप** — हम आपके दावे से मिली जानकारी का इस्तेमाल आपको किसी ऐसे हेल्थ प्रोग्राम के बारे में बताने के लिए कर सकते हैं जिससे आपको मदद मिल सकती है।

हम आगे दी गई परिस्थितियों में आपसे लिखित अनुमति लिए बिना आपकी PHI का इस्तेमाल या उसे शेयर कर सकते हैं:

- परिवार के सदस्यों, अन्य रिश्तेदारों और आपके करीबी निजी दोस्तों के सामने आपकी PHI का खुलासा करने की अनुमति है, बशर्ते:
 - जानकारी आपकी देखभाल करने वाले या उस देखभाल के लिए भुगतान करने के लिए ज़िम्मेदार परिवार के सदस्य या दोस्त से सीधे तौर पर संबंधित हो; और आपने या तो उसका खुलासा करने की मौखिक सहमति दी हो या उसका खुलासा करने पर आपत्ति जताने का मौका दिए जाने पर भी आपत्ति न जताई हो।
- कानून HCA या Molina Healthcare को इन वजहों से आपकी PHI का इस्तेमाल करने या उसे शेयर करने की अनुमति देता है:
 - जब Department of Health and Human Services (DHHS) के यूएस. सेक्रेटरी हमसे आपकी PHI शेयर करने के लिए कहते हैं।
 - लोक स्वास्थ्य एवं सुरक्षा, जिसमें रोग की रोकथाम और नियंत्रण करने में मदद करने वाली लोक स्वास्थ्य एजेंसियाँ शामिल हो सकती हैं।
 - सरकारी एजेंसियों को ऑडिट या विशेष गतिविधियों, जैसे कि राष्ट्रीय सुरक्षा गतिविधियों के लिए आपकी PHI की ज़रूरत हो सकती है।
 - कुछ मामलों में रिसर्च के लिए, जब किसी निजी या संस्थागत समीक्षा मंडल द्वारा मंजूरी दी गई हो।
 - कानूनी कार्यवाहियों के लिए जैसे कि न्यायालय के आदेश का पालन करने के लिए। आपकी PHI, अंतिम संस्कार निर्देशकों या शव परीक्षकों से भी शेयर की जा सकती है, ताकि वे इसकी मदद से अपना काम कर सकें।
 - जब कानून प्रवर्तन एजेंसियों को किसी संदिग्ध व्यक्ति, गवाह या गुप्त हुए व्यक्ति को ढूँढने में मदद चाहिए हो। अगर हमें लगता है कि आप दुर्व्यवहार, अनदेखी या घरेलू हिंसा का शिकार हो सकते हैं, तो आपकी PHI दूसरे कानूनी अधिकारियों से भी शेयर की जा सकती है।
 - कर्मचारियों के प्रतिकर कानूनों का पालन करने के लिए।

उपरोक्त सूची में शामिल नहीं की गई बाकी सभी वजहों के लिए आपकी लिखित मंजूरी ज़रूरी होती है। आप हमें दी गई लिखित मंजूरी को रद्द कर सकते हैं। हालाँकि, आपका रद्द करना, रद्द किए जाने से पहले की गई कार्रवाइयों पर लागू नहीं होगा।

आपको हमारे पास रखी गई आपकी सुरक्षित स्वास्थ्य जानकारी (PHI) की प्रति लेने और उसकी समीक्षा करने का अधिकार है। इसमें कवरेज संबंधी दावे करने और Molina Healthcare सदस्य होने के नाते लिए जाने वाले दूसरे फ़ैसलों में इस्तेमाल किए गए रिकॉर्ड शामिल हो सकते हैं। आपको अपना अनुरोध लिखित में देना होगा। आप अपना अनुरोध करने के लिए Molina Healthcare के फ़ॉर्म का इस्तेमाल कर सकते हैं। कुछ मामलों में, हम अनुरोध नामंजूर कर सकते हैं।

महत्वपूर्ण नोट

हमारे पास आपके मेडिकल रिकॉर्ड की पूर्ण प्रतियां नहीं हैं। अगर आप अपने मेडिकल रिकॉर्ड पर नज़र डालना चाहते हैं, उनकी प्रति चाहते हैं या उन्हें बदलना चाहते हैं, तो कृपया अपने डॉक्टर या क्लिनिक से संपर्क करें। अगर आपको लगता है कि हमने आपकी PHI की गोपनीयता के आपके अधिकारों का उल्लंघन किया है, तो आप:

- हमें कॉल करके शिकायत दर्ज करा सकते हैं। हम शिकायत दर्ज करने की वजह से आपके खिलाफ़ कोई कार्रवाई नहीं करेंगे। आपको मिलने वाली देखभाल किसी भी तरह से नहीं बदलेगी।
- इस लिंक पर जाकर अमेरिका के DHHS, ऑफ़िस ऑफ़ द सिविल राइट्स पर शिकायत दर्ज करवाएँ: ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf या अपनी शिकायत इस पते पर भेजें:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Ave SW, Room 509F, HHH Building
Washington, D.C 20201

या:

1-800-368-1019 (TDD 1-800-537-7697) को कॉल करें:

ध्यान दें: यह जानकारी केवल ओवरव्यू के लिए दी गई है। हमारे लिए आपकी PHI को गोपनीय रखना और आपको प्लान की गोपनीयता प्रक्रियाओं और आपकी PHI के बारे में हर साल लिखित जानकारी देना ज़रूरी है। अतिरिक्त विवरण के लिए कृपया अपनी निजता प्रक्रियाओं की सूचना देखें। आप हमसे 1-800-869-7165 (TTY 711), P.O. Box 4004, Bothell, WA 98041-4004 पर संपर्क भी कर सकते हैं या ज़्यादा जानकारी के लिए MHWMemberServicesWeb@MolinaHealthcare.com पर ईमेल करें।

