



# Health Net CanopyCare HMO



為您的生活、  
工作和休閒提  
供承保

探索您的 2022 年 CANOPYCARE HMO 計畫選項

適用於 San Francisco Health Service System (SFHSS) 會員：

San Francisco 市和郡

San Francisco 高等法院

San Francisco 市立大學

San Francisco 聯合學區

有疑問？請致電 **1-833-448-2042** 或請上網 [healthnet.com/sfhss](https://healthnet.com/sfhss)

Health Net of California, Inc. (Health Net)

**SAN FRANCISCO  
HEALTH SERVICE SYSTEM**

# 為您介紹 Health Net CanopyCare HMO

為在 Health Net CanopyCare HMO 服務地區生活或工作的 SFHSS 會員提供的優質承保

透過 Health Net 與 Canopy Health 組成的聯盟，兩家公司為 SFHSS 會員提供高品質照護的全新 HMO 選項 — 無論會員在哪裡生活、工作和休閒均可使用。

CanopyCare HMO 集合了 San Francisco 灣區超過 5,000 個優質醫療服務提供者、五個醫療團體<sup>1</sup>、22 間醫院和 42 個緊急醫療中心。透過我們由醫療服務提供者、專科醫師和服務組成的廣大網絡，給您無縫接軌的照護。

這本手冊將解釋您於開放投保期需要的重要資訊，幫助您對自己的健康承保作出知情決定。

您可以在手冊中找到以下問題的解答：

- 如何搜尋我們的網絡，找到適合您的醫師
- 如何確定持續照護適用於您的任何病況
- 如何使用客製化的網站和我們的 MyCanopyHealth 應用程式，幫助管理您的健康



有疑問？

請您撥

1-833-448-2042

與客戶聯絡  
中心聯繫。

<sup>1</sup>「醫療團體」是指個別會員的主治醫師與其有關聯的醫療團體，獲選成為提供全部承保醫療照護的來源。



# 您的 Health Net CanopyCare HMO 具有以下特色

- \$0 醫療自付額
- 大多數服務都是固定的共付額
- 由您和醫師共同決定如何能滿足您的醫療保健需要
- 不需轉介即可向醫療團體內的婦產科醫師就診
- 輕鬆就能取得第二意見
- 聯盟轉介方案 (Alliance Referral Program) 消除障礙並簡化轉介流程，讓您能使用 Canopy Health 的所有醫療服務提供者 — 不局限於您的醫療團體。
- 各種方案幫助您增進身心健康
- 不需由您的主治醫師 (PCP) 轉介就能接受網絡內醫療服務提供者的門診行為醫療保健
- MyCanopyHealth 提供一站式服務，讓您能管理自己的照護和承保，探索 Canopy Health 傑出的醫院和醫療團體網絡。

# 福利摘要

## 醫療

福利說明	會員責任
預防照護門診, 包括女性保健檢查	\$0
醫師門診 (醫療或行為健康)	\$25
專科醫師門診	\$25
通話醫療服務	根據提供服務的類型適用與親自就診同樣的分攤費用
眼睛屈光視力檢查	\$25
X 光化驗程序	\$0
產前和產後門診	\$0
住院 (醫療或行為健康)	每次住院 \$200
緊急醫療	\$25
急診室	\$100
脊椎推拿服務 (由 ASH 提供)	每次 \$15, 上限 30 次
針灸服務 (由 ASH 提供)	每次 \$15, 上限 30 次

## 處方藥

福利等級	會員責任
零售	
層級 1 - 副廠藥	\$10
層級 2 - 品牌藥, 首選	\$25
層級 3 - 非處方一覽表藥物	\$50
層級 4 - 專科藥物	每份處方共付額上限為 20%-\$100
郵購	
層級 1 - 副廠藥	\$20
層級 2 - 品牌藥, 首選	\$50
層級 3 - 非處方一覽表藥物	\$100

備註：共付額金額可能會改變。這是簡短的福利摘要。其中並未包括全部的承保服務、限制或排除規定。請參閱承保範圍證明查詢完整的承保條款與條件。

# 設定您的 MyCanopyHealth 帳戶

MyCanopyHealth 是病患專用網站，您可在此檢閱您的健保計畫福利和服務。您可從網站或行動裝置應用程式登入 MyCanopyHealth。

首先，請到網站 [MyCanopyHealth.com](https://www.mycanopyhealth.com)。然後點選「create account」（建立帳戶），並按照指示註冊。

**Welcome to MyCanopyHealth**

Hello, you've reached your one-stop destination to manage your care, coverage, and network!

Login to review your plan, find a doctor, print your Canopy Health ID card, and so much more!

Download the MyCanopyHealth app:

Download on the **App Store** | **ANDROID APP ON Google play**

## Please Login

Sign In

Username

Password

Need help signing in? **Login**

Are you already a member but haven't created an account yet? **Create Account**

等設定好帳戶且您的健康承保開始後，您便可以：

- 檢視您的主治醫師資訊
- 查閱您的健保計畫和藥房福利
- 找尋醫師、緊急醫療、醫院或您網絡中的其他服務提供者
- 由持照醫師提供網路看診
- 取得您的數位會員卡
- 要求變更您的主治醫師
- 申請新的實體會員卡

# 找尋您網絡中的醫師和服務

因為您是 Health Net CanopyCare HMO 的會員，所以您可以使用 CanopyCare HMO 網絡。如果您需要不在您醫療團體內的醫師提供第二意見或照護，則需要由您的醫師提出轉介。由您網絡內的緊急醫療診所提供的照護屬於承保範圍。請上網 [www.canopyhealth.com](http://www.canopyhealth.com) 查詢您附近的緊急醫療診所。無論您在何處，當您有需要時，急診照護都屬於承保範圍。

## 您的主治醫師 (primary care physician, PCP) 和醫療團體

每位會員都有一位醫師擔任其主治醫師 (PCP)。您的主治醫師會幫助您保持健康，並且能在您生病時協助您的照護事宜。

您可透過我們的聯盟轉介方案 (Alliance Referral Program) 去看在 CanopyCare HMO 網絡內的任何專科醫師。詢問您的醫師，找到最符合您需要的專科醫師。您醫師的診所會幫助您處理這些程序。

您可選擇在 CanopyCare HMO 網絡中的婦產科醫師。如果您選擇不屬於您醫療團體的婦產科醫師，請向您醫師的診所查詢以便向您提供許可。



您的會員卡會列出您醫療團體的名稱和主治醫師 (PCP) 的姓名。如要改變主治醫師 (PCP)，請上網 [myCanopyHealth.com](http://myCanopyHealth.com) 登入您的帳號，然後前往 **Select/Change PCP** (選擇 / 變更主治醫師)。您每個月可以變更主治醫師 (PCP) 和 (或) 醫療團體一次。

## 持續照護 (COC)

您變更健保計畫時，也許符合資格可繼續向您目前的醫師和醫療團體取得照護。這稱為持續照護 (Continuity of Care, COC)。您投保本計畫後有六十 (60) 天時間可以申請持續照護 (COC)。請上網 [www.healthnet.com/sfhss](http://www.healthnet.com/sfhss) 或致電 1-833-448-2042 索取持續照護 (COC) 申請表。以下列出符合持續照護 (COC) 資格的病況：

- 急症
- 嚴重慢性病況 — 最長十二個月
- 懷孕 (包括懷孕期間及產後短期照護)
- 孕婦精神健康 — 最長自診斷起或自懷孕結束後 12 個月
- 不超過 36 個月的新生兒 — 最長 12 個月
- 末期疾病
- 由您之前的健保計畫授權為有記錄療程之一部份的外科手術或其他程序

# 取得您的會員卡

您投保後，請留意郵寄給您的新 CanopyCare HMO 會員卡。所有投保的 HMO 會員都會收到會員卡。



## 您的會員卡包括以下資訊：

- 您的會員卡號
- 您健康承保的開始日期
- 您的醫師團體、主治醫師 (PCP) 姓名和聯絡資訊

### 別忘了：

您取得照護時必須要出示您的新會員卡。

收到新會員卡時，請務必要確認列出的是您正確的主治醫師 (PCP)。

如果您在開始日期後仍未收到會員卡而且您需要取得服務，請致電 **1-833-448-2042** 與客戶聯絡中心聯繫。

您也可以到 **MyCanopyHealth** 應用程式取得您的數位會員卡，或到網站 **MyCanopyHealth.com** 列印下來。

# 瞭解要到哪裡取得照護

您的計畫提供了許多方式，讓您在需要時取得醫療保健。

## 到醫師診所

去看您的主治醫師 (PCP) 接受例行和預防照護。其中包括每年接受的健康檢查、小病痛、疫苗接種和一般的醫療照護。您的主治醫師 (PCP) 可幫助您在需要時引導您接受網絡內其他醫療服務提供者的照護。

如要找尋 CanopyCare HMO 網絡內的醫師，請上網 [MyCanopyHealth.com](https://www.MyCanopyHealth.com) 或使用 MyCanopyHealth 應用程式

## Managed Health Network (MHN) 醫療服務提供者

輕鬆就能接受精神健康服務，例如：

- 諮商
- 心理治療
- 戒癮治療
- 精神病服務

您不須透過您的主治醫師 (PCP) 轉介。如果找尋治療師或精神科醫師，請上網 [mhn.com/canopycare](https://mhn.com/canopycare)，或撥您會員卡所列的精神健康福利電話號碼。

## 脊椎推拿和針灸

請您務必記得：

- 不須透過您的主治醫師 (PCP) 轉介
- 脊椎推拿和針灸服務每曆年分別 30 次。
- 請上網 [www.healthnet.com/SFHSS](https://www.healthnet.com/SFHSS) 並選擇 *Find Doctors and Services* (找尋醫師和服務)，搜尋您附近的脊椎推拿和針灸醫療服務提供者。





## 在家中 醫師網路看診

看看您的醫師是否有提供通話醫療服務。如果沒有，您可以使用 MyCanopyHealth 應用程式和網站，接受持照醫師提供的電話或網路視訊看診，每天 24 小時均提供服務。當您沒辦法去看固定的醫師或醫師診所休息時，這是最理想的辦法。

如需行為健康看診，請撥您會員卡上的電話聯絡 MHN。

## 全年無休的護士諮詢專線

由註冊護士提供下列各方面的諮詢：

- 是否應接受醫療照護
- 如何在家做受傷和生病照護
- 發生外傷和流感或發燒等病痛時的自我照護

## 在診所或緊急醫療中心

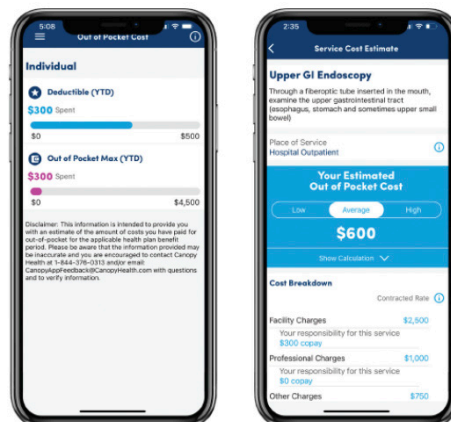
發生非急診病痛或受傷但您的醫師無法為您看診時，可在當天取得照護。現在有些緊急醫療中心也能提供 X 光和化驗服務。

## 瞭解您的費用

MyCanopyHealth 應用程式和網站可幫助會員管理一整年的醫療保健費用。

Health Net CanopyCare HMO 會員整個計畫年度都能檢閱其最新的自費額，並使用費用估算工具功能查看服務的預估費用。會員可以從一系列常見服務中選擇，事前知道大概的費用，並預先規劃。

Canopy Health 的費用估算工具免費提供，透過 MyCanopyHealth 行動應用程式輕鬆就能使用。您也可以到會員網站 [MyCanopyHealth.com](http://MyCanopyHealth.com) 找到這個工具。



# 領取處方藥

您的 CanopyCare HMO 計畫准許您可以在**任何網絡內藥房**領取非注射處方藥或胰島素。如果您是自行施打注射藥物，請向您的醫師詢問如何續配藥物。

## CVS Caremark 郵購服務藥房：運作方式

您透過 CVS Caremark 郵購服務藥房領取最多 90 天藥量的維持型藥物 (不包括注射藥物) 或胰島素，可支付較低費用。注射藥物 (胰島素除外) 不包括在維持型藥物方案中。

如要使用 CVS Caremark 郵購服務藥房，請填寫並郵寄 CVS Caremark 訂購單或請您的醫師致電 **1-800-875-0867**。  
記得要準備好藥物名稱以及您醫師的資料：

姓名、電話號碼、傳真號碼 (如有)

備註：本方案僅適用維持型藥物。您仍可在任何 Health Net 簽約藥房領取 30 天的非維持型處方藥。有些藥物可能無法透過郵購服務藥房方案提供。

如需您藥房服務的更多資訊，請上網 [MyCanopyHealth.com](http://MyCanopyHealth.com) 或下載 MyCanopyHealth 應用程式。建立帳號後您就能使用 My Benefits (我的福利) 功能。





# 利用我們的保健方案助您 維持強健

## Decision Power®：身心健康

您需要適合您的工具，幫助您越來越健康。試試看 Decision Power 身心健康服務，透過實際行動創造健康人生。

## 照護提醒訊息

您會收到實用的提醒，告訴您可採取哪些措施避免出現照護缺口。其中包括檢測、年度預防針，還有更多讓您保持健康的服務！您的醫師也會收到這類提醒，更容易掌握您的健康狀態。

## 健康評估

健康評估會針對您的行為和醫療健康風險，提供您客製化的報告。您做完網上問卷後，將會收到一份個人行動計畫。

## 健康輔導方案

由健康輔導員打電話給您提供一對一的保健支持。有許多主題供您選擇，例如營養、壓力管理、運動、戒菸、減重等，內容豐富。

## 戒菸方案

您 (透過電話) 登記參加戒菸方案後，便會由輔導員指引您完成整個戒菸過程。而且，您可取得實用工具幫助您戒菸。其中包括：

- 內含網路學習工具的網站
- 線上聊天論壇
- 透過電子郵件和輔導員聯絡
- 簡訊支持
- 輔導手冊

## 發現 myStrength

您可透過 myStrength 取得個人的自我幫助工具、祕訣和每日鼓勵話語。myStrength 能幫助您變健康並保持健康 — 兼顧身體和心靈。找到應對壓力、焦慮、慢性疼痛等許多方面的幫助。請上網 [mystrength.com/go/healthnet/HNSFHSS](http://mystrength.com/go/healthnet/HNSFHSS) 查詢詳情。

## Active&Fit Direct™ 方案

去健身中心運動或在家保持活動！加入 Active&Fit Direct 方案，您將可使用：

- 超過 11,000 家標準型健身中心和健身教室
- 超過 5,000 家全新進階型運動教室和健身中心
- 超過 4,000 部數位運動影片
- 全新的配偶 (或同居伴侶) 會籍
- 生活方式輔導
- 不須綁約

全部福利起始費用只要每月 \$25。請上網 [www.healthnet.com/sfhss](http://www.healthnet.com/sfhss)。

會員必須年滿 18 歲才能參加。有三個月的最低期間規定。Active&Fit Direct 方案由 American Specialty Health Incorporated (ASH) 子公司 American Specialty Health Fitness, Inc. 提供。Active&Fit 標誌是 ASH 的商標，經准許使用。

## 知道該聯絡誰

如果您有關於 Health Net 計畫的疑問，我們樂意提供幫助。

## 所有 Health Net CanopyCare HMO 會員

如果您需要詢問福利和資格的問題，或取得幫助找尋資源，請致電 **1-833-448-2042** 與客戶聯絡中心聯繫。

我們的工作人員能給您幫助，服務時間週一至週五，太平洋標準時間 (Pacific Standard Time, PST) 上午 7:30 至下午 5:30。

## 禁止歧視通知

CanopyCare HMO 由 Health Net of California, Inc. (Health Net) 提供。MHN Services, LLC (「MHN」) 是 Managed Health Network, LLC 的子公司，為 Health Net 管理行為健康福利。Health Net of California, Inc. 是 Health Net, LLC 的子公司。Health Net 是 Health Net, LLC 的註冊服務標章。保留所有權利。

