Health Net CanopyCare HMO

Makinabang sa Saklaw Kung Saan Ka Nakatira, Nagtatrabaho, At Naglilibang

PAG-ARALAN ANG IYONG CANOPYCARE HMO PLAN NA OPSIYON PARA SA 2022

Para sa mga MEMBERS ng Sistema ng Serbisyo sa Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Health Service System, SFHSS):

Lungsod at County ng San Francisco
City College ng San Francisco
Superior Court ng San Francisco
San Francisco Unified School District

MAY MGA TANONG? TUMAWAG SA **1-833-448-2042** o bisitahin ang **healthnet.com/sfhss**

Health Net of California, Inc. (Health Net)

SAN FRANCISCO HEALTH SERVICE SYSTEM

Ipinakikilala ang Health Net CanopyCare HMO

May-kalidad na saklaw para sa mga SFHSS members na nakatira o nagtatrabaho sa lugar na siniserbisyuhan ng Health Net CanopyCare HMO

Sa pamamagitan ng isang alyansa, ang Health Net at Canopy Health ay naghahandog sa mga SFHSS members ng isang bagong HMO na opsiyon na may-kalidad na pangangalaga — kahit man saan nakatira, nagtatrabaho, o naglilibang ang mga members.

Naghahandog ang CanopyCare HMO ng kakayahang marating ang 5,000+ may-kalidad na mga provider, 5 medikal na mga grupo, 22 hospitals, at 42 sentro ng agarang pangangalaga sa lugar ng San Francisco Bay. Makakatanggap ka ng mahusay at patuloy na pangangalaga sa pamamagitan ng aming malaking network ng mga provider, espesyalista, at serbisyo.

Ipaliliwanag ng gabay na ito ang mahalagang impormasyon na iyong kakailanganin sa panahon ng bukas na enrollment upang matulungan kang makagawa ng may kaalamang mga desisyon tungkol sa iyong saklaw sa kalusugan.

Makikita mo sa loob ang mga sagot sa mga tanong tungkol sa:

- Paano maghanap sa aming network upang makita ang tamang doctor para sa iyo
- Paano malalaman kung ang pagpapatuloy ng pangangalaga ay naaangkop sa alinman sa iyong mga kundisyon
- Paano gamitin ang pinasadyang website at ang aming MyCanopyHealth na app upang matulungang mapamahalaan ang iyong kalusugan

May mga tanong? Maaari mong marating ang Sentro ng Pakikipag-ugnayan sa Customer sa pamamagitan ng pagtawag sa 1-833-448-2042

[1] Ang ibig sabihin ng "Medikal na Grupo" ay ang medikal na grupo na kung saan kaugnay ang Doctor na Nagbibigay ng Pangunahing Pangangalaga sa indibidwal na Member at pinili bilang ang pinagmumulan ng lahat ng sakop na medikal na pangangalaga.

Ito ang iyong mga maaasahan mula sa iyong Health Net CanopyCare HMO

- $0 na medikal na mga deductibles
- HIndi nagbabagong mga copayment para sa karamihan ng mga serbisyo
- Ikaw at ang iyong doctor ang magkasamang magpapasiya kung paano makakamit ang iyong mga pangangailangan ukol sa pangangalagang pangkalusugan
- Hindi nangangailangan ng referral upang makipagkita sa isang OB/GYN na nasa medikal na grupo
- Kadalian ng pagkuha ng ikalawang opinyon
- Inaalis ng Alliance Referral Program ang mga hadlang at ginagawang mas simple ang mga referral, binibigyan ka ng pagkakataon na marating ang lahat ng mga provider mula sa Canopy Health — hindi lang yung isa na bahagi ng iyong medikal na grupo.
- Mga programa upang matulungan kang mapabuti ang iyong kalusugan at kabutihan ng katawan
- Hindi nangangailangan ng referral mula sa iyong PCP upang makatanggap ng outpatient behavioral health na pangangalaga mula sa mga provider na bahagi ng network
- Ang MyCanopyHealth ay naghahandog ng isang patutunguhan para sa lahat ng bagay upang mapamahalaan ang iyong pangangalaga at saklaw, at upa makita ang kilala at nirerespetong network ng mga hospitals at medikal na grupo ng Canopy Health.

Buod ng mga benepisyo

Medikal

Descripción del beneficio	Responsibilidad ng member
Pag-iingat na pangangalagang mga pagbisita sa opisina, kabilang ang mga mabuting-kababaihan na uri ng eksamen	$0
Pagbisita sa opisina ng doctor (medikal o behavioral health)	$25
Pagbisita sa opisina ng espesyalistaHospitalización (salud física o del comportamiento)	$25
Telehealth na mga serbisyo	Inilalarawan ang sa-personal na halagang nakabahagi base sa uri ng mga serbisyong ibinigay
Pagsusuri ng paningin para sa refractive na eye exam	$25
Mga procedure sa X-ray na laboratoryo	$0
Prenatal at postnatal na mga pagbisita sa opisina	$0
Hospitalization (medikal o behavioral health)	$200 per admission
Agarang pangangalaga	$25
Emergency room	$100
Chiropractic na mga serbisyo (mula sa ASH)	Máximo de $15/30 por consulta
Acupuncture na mga serbisyo (mula sa ASH	Máximo de $15/30 por consulta

Prescription na mga gamot

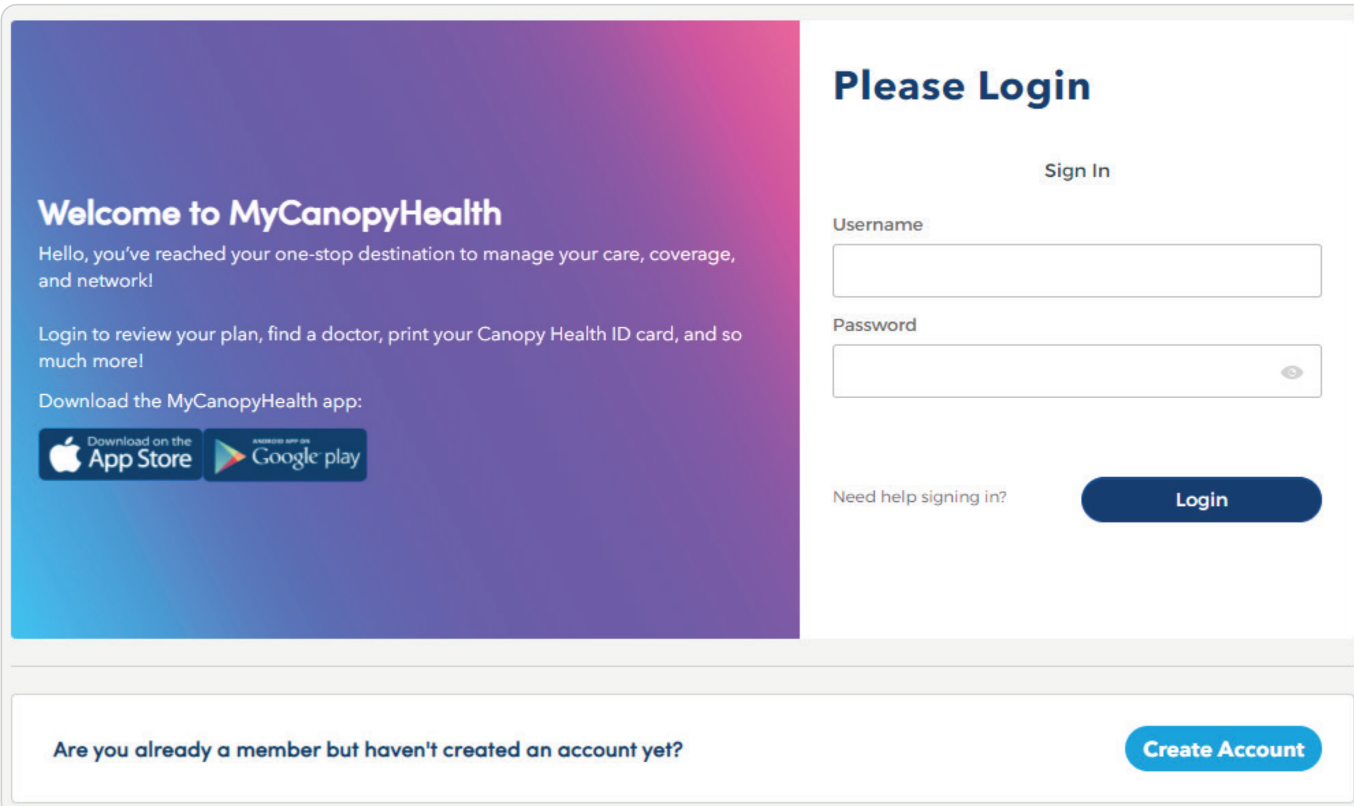
Antas ng benepisyo	Responsibilidad ng member
Tingian	
Tier 1 – Generic	$10
Tier 2 – May tatak, mas ninanais	$25
Tier 3 – Non-formulary	$50
Tier 4 – Specialty na mga gamot	20%-$100 ang pinakamalaking copayment kada prescription
Inorder mula sa koreo	
Tier 1 – Generic	$20
Tier 2 – May tatak, mas ninanais	$50
Tier 3 – Non-formulary	$100

Paunawa: Ang mga halaga ng copayment ay maaaring magbago. Ito ay isang maiksing buod ng mga benepisyo. Hindi kabilang dito ang lahat ng mga sakop na serbisyo, mga limitasyon, o yung mga hindi sakop. Mangyaring kunsultahin ang Evidence of Coverage para sa lahat ng mga tuntunin at kundisyon ng saklaw.

Gumawa ng iyong account sa MyCanopyHealth

Ang MyCanopyHealth ay isang portal para sa pasyente kung saan maaari mong makita ang iyong mga benepisyo at serbisyo sa planong pangkalusugan. Maaari kang mag-log in sa MyCanopyHealth sa pamamagitan ng web o ng mobile app.

Sa panimula, bumisita muna sa MyCanopyHealth.com. Pagkatapos ay i-click ang "gumawa ng account" at sundin ang mga tagubilin upang makapag-rehistro.



Oras na nabuo na ang iyong account at nagsimula na ang iyong saklaw sa kalusugan, maaari mo nang:

- Tingnan ang impormasyon tungkol sa iyong doctor na nagbibigay ng pangunahing pangangalaga
- Suriin ang iyong planong pangkalusugan at mga benepisyo sa pharmacy
- Humanap ng doctor, agarang pangangalaga, hospital, o iba pang provider ng serbisyo sa iyong network
- Gumawa ng isang virtual na pagbisita sa isang lisensiyadong doctor
- Makita ang iyong digital na ID card
- Humiling na baguhin ang iyong doctor na nagbibigay ng pangunahing pangangalaga
- Umorder ng isang bagong pisikal na ID card

Humanap ng mga doctors at serbisyo sa iyong network

Bilang isang Health Net CanopyCare HMO member, mayroon kang kakayahan na makapasok sa network ng CanopyCare HMO. Kung kailangan mo ng ikalawang opinyon o pangangalaga mula sa isang doctor na hindi bahagi ng iyong medikal na grupo, kailangan mo ng referral mula sa iyong doctor. Ang pangangalaga mula sa isang klinika ng agarang pangangalaga ay sakop sa loob ng iyong network.

Pumunta sa **www.canopyhealth.com** upang makahanap ng isang klinika ng agarang pangangalaga na malapit sa iyo. Sakop ang emergency na pangangalaga kahit saan mo mang kailanganin ito.

Ang iyong doctor na nagbibigay ng pangunahing pangangalaga (primary care physician, PCP) at medikal na grupo

Ang bawat isang member ay may isang doctor na kanyang doctor na nagbibigay ng pangunahing pangangalaga (PCP). Tinutulungan ka ng iyong PCP na manatiling malusog at maaari rin siyang makatulong sa pangangalaga sa iyo kung sakaling may sakit ka.

Sa pamamagitan ng aming Alliance Referral Program, maaari kang magpatingin sa alinmang espesyalista na nasa network ng CanopyCare HMO. Makipag-usap sa iyong doctor upang mahanap ang espesyalista na pinakamabuting katugma sa iyong mga pangangailangan. Matutulungan ka ng opisina ng iyong doctor na gawin ang mga hakbang na ito.

Maaari kang pumili ng isang obstetrician at gynecologist (OB/GYN) doctor na nasa CanopyCare HMO na network. Kung pumili ka ng isang OB/GYN doctor na hindi bahagi ng iyong medikal na grupo, makipag-ugnayan sa opisina ng iyong doctor upang ang pag-apruba ay maipadala sa iyo.

Ang pangalan ng iyong medikal na grupo at PCP ay nakalista sa iyong ID card. Upang mapalitan ang iyong PCP, mag log in sa iyong account sa myCanopyHealth.com, at pagkatapos ay pumunta sa Pumili/Palitan ang PCP (Select/Change PCP). Maaari mong baguhin ang iyong PCP at/o ang iyong medikal na grupo minsan isang buwan.

Pagpapatuloy ng Pangangalaga (Continuity of Care, COC)

Kapag binago mo ang iyong planong pangkalusugan, maaari kang maging karapat-dapat na maipagpatuloy ang iyong pangangalaga sa iyong kasalukuyang mga doctors o medikal na grupo. Ito ay tinatawag na Pagpapatuloy ng Pangangalaga (COC). Mayroon kang animnapung (60) araw matapos na maka-enroll ka sa plan na ito para humiling ng COC. Paki-bisita ang www.healthnet.com/sfhss o tumawag sa 1-833-448-2042 upang makatanggap ng form para sa COC. Narito ang listahan ng mga kundisyon na karapat-dapat para sa COC:

- isang acute na kundisyon
- isang seryosong pangmatagalan at patuloy (chronic) na kundisyon — hanggang sa 12 buwan
- isang pregnancy (kabilang ang panahon ng pregnancy at ang kaagad na postpartum na pangangalaga)
- kalusugan ng pag-iisip ng nanay — hanggang sa 12 buwan mula sa diagnosis o mula sa pagtatapos ng pregnancy
- isang bagong panganak na hanggang sa 36 na buwan ang edad — hanggang sa 12 buwan
- isang sakit na wala nang lunas
- isang surgery o iba pang pamamaraan na pinahintulutan ng iyong dating planong pangkalusugan bilang bahagi ng isang dokumentadong kurso ng paggagamot

Kuhanin ang iyong member ID card

Matapos mong makapag-enroll, abangan ang iyong mga bagong ID card mula sa CanopyCare HMO sa koreo. Lahat ng mga naka-enroll na HMO members ay makakatanggap ng ID card.

Kabilang sa iyong ID card ang:

- Iyong numero ng member ID
- Petsa ng pagsisimula ng iyong saklaw sa kalusugan
- Iyong physician group, pangalan ng PCP at impormasyon ng pakikipag-ugnayan

Huwag kalilimutan:
Kailangan mong ipakita ang iyong bagong ID card tuwing kailangan mo ng pangangalaga.

Kapag na dumating na ito, siguraduhin na nakalista ang iyong tamang PCP sa iyong bagong ID card.

Kung ang iyong ID card ay hindi pa dumating sa pagsapit ng iyong petsa ng pagsisimula at nangangailangan ka ng mga serbisyo, paki-tawagan lamang ang Sentro ng Pakikipag-ugnayan sa Customer sa 1-833-448-2042.

Maaari mo ring makita ang iyong digital na ID card sa MyCanopyHealth na app, o mag-print ng isang kopya mula sa MyCanopyHealth.com.

Malaman kung saan makakatanggap ng pangangalaga

Naghahandog ng maraming pamamaraan ang iyong plan upang makatanggap ka ng pangangalaga sa kalusugan na iyong kinakailangan, sa panahon na kailangan mo ito.

Sa opisina ng doctor

Bisitahin ang iyong doctor na nagbibigay ng pangunahing pangangalaga (PCP) para sa karaniwan at pag-iingat na pangangalaga. Kabilang dito ang mga pagsusuri para sa kabutihan ng kalusugan (wellness exam) bawat taon, pagkakasakit, pagbabakuna, at pangkalahatang medikal na pangangalaga. Matutulungan ka ng iyong PCP na idirekta ang iyong pangangalaga patungo sa iba pang mga provider sa loob ng network kung kinakailangan.

Upang makahanap ng isang doctor sa network ng CanopyCare HMO, pumunta sa MyCanopyHealth.com o gamitin ang MyCanopyHealth na app.

Mga provider ng Managed Health Network (MHN)

Kakayahan na madaling makatanggap ng mga serbisyo para sa kalusugan ng pag-iisip tulad ng

- Counseling
- Psychotherapy
- Pangangalaga para sa addiction
- Psychiatric na mga serbisyo

Hindi mo kailangan ng referral mula sa iyong PCP. Upang makahanap ng isang therapist o psychiatrist, pumunta sa mhn.com/canopycare, o tawagan ang numero ng Mental Health Benefits na nakalista sa iyong ID card.

Chiropractic at Acupuncture

Ano ang kailangan mong malaman:

- Walang referral na kinakailangan mula sa iyong PCP
- 30 mga pagbisita kada kalendaryong taon para sa chiropractic at acupuncture na mga serbisyo.
- Pumunta sa www.healthnet.com/SFHSS at piliin ang Humanap ng mga Doctors at Serbisyo upang makahanap ng isang chiropractic at acupuncture na provider na malapit sa iyo.

Sa bahay

Virtual na mga pagbisita sa medikal na doctor

Tingnan kung ang iyong medikal na doctor ay naghahandog ng telehealth na mga serbisyo. Kung hindi, maaari mong gamitin ang MyCanopyHealth na app at ang portal upang makapagsagawa ng mga pagbisita sa isang may lisensiyang medikal na doctor nang 24/7 sa pamamagitan ng telepono o online na video. Pinakamainam ito kung hindi ka maaaring makipagkita sa iyong regular na medikal na doctor o kung ang kanilang opisina ay sarado.

Sa mga pagbisita para sa behavioral health, makipag-ugnayan sa MHN sa numerong matatagpuan sa iyong ID card.

24/7 na linya ng pagpapayo ng Nurse

Makatanggap ng payo mula sa isang registered nurse tungkol sa:

- Kung kinakailangang humanap ng medikal na pangangalaga
- Kung paano mapangalagaan sa bahay ang pinsala at karamdaman
- Pangangalaga sa sarili para sa mga pinsala at karamdaman na tulad ng trangkaso o lagnat

Sa isang klinika o sentro ng agarang pangangalaga

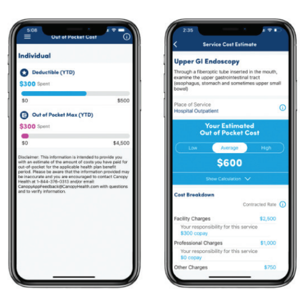
Makatanggap ng pangangalaga noong araw ding iyon para sa mga karamdaman o pinsala na hindi pang-emergency kapag ang iyong doctor ay hindi maaaring makipagkita sa iyo sa panahong iyon. Ang ilan sa mga sentro ng agarang pangangalaga ay naghahandog na rin ngayon ng mga X-ray at pagsusuri sa laboratoryo.

Unawain ang iyong mga gastusin

Matutulungan ang mga members ng MyCanopyHealth na app at ng portal na mapamahalaan ang kanilang mga gastusin sa pangangalagang pangkalusugan sa taon.

Maaaring makita ng mga Health Net CanopyCare HMO members ang kanilang kasalukuyang gastos mula sa sariling bulsa para sa buong taon ng plan at gamitin ang katangian ng Pagtantiya ng Gastos upang makita ang tinatantiyang halaga para sa mga serbisyo. Maaaring pumili ang mga members nang mula sa isang malaking saklaw ng karaniwang mga serbisyo upang malaman ang tungkol sa mga gastos bago pa man makapagsimula at nang makapag-plano na kaagad-agad.

Libre ang kagamitan ng Pagtantiya ng Gastos mula sa Canopy Health at madali itong magamit sa pamamagitan ng MyCanopyHealth na mobile app. Maaari mo ring mahanap ito sa portal ng member sa MyCanopyHealth.com.



Punan ang iyong mga prescriptions

Pinapayagan ka ng iyong CanopyCare HMO plan na punan ang iyong mga prescriptions para sa mga gamot na hindi pang-iniksiyon o insulin sa **alinmang pharmacy na bahagi ng network**. Kung binibigyan mo ang iyong sarili ng pang-iniksiyon na gamot, kausapin ang iyong doctor tungkol sa mga refill.

CVS Caremark Mail Service Pharmacy: Paano ito Gumagana

Maaaring mas mura ang iyong ibabayad kung kumuha ka nang hanggang sa 90-araw na supply ng iyong pangmentinang gamot (hindi pang-iniksiyon) o insulin sa pamamagitan ng CVS Caremark Mail Service Pharmacy. Ang gamot na pang-iniksiyon (hindi kabilang ang insulin) ay hindi kasama sa programa ng pangmentinang gamot.

Upang magamit ang CVS Caremark Mail Service Pharmacy, kumpletohin at ipadala sa koreo ang CVS Caremark na order form o kaya ay hilingin sa iyong doctor na tumawag siya sa 1-800-875-0867.

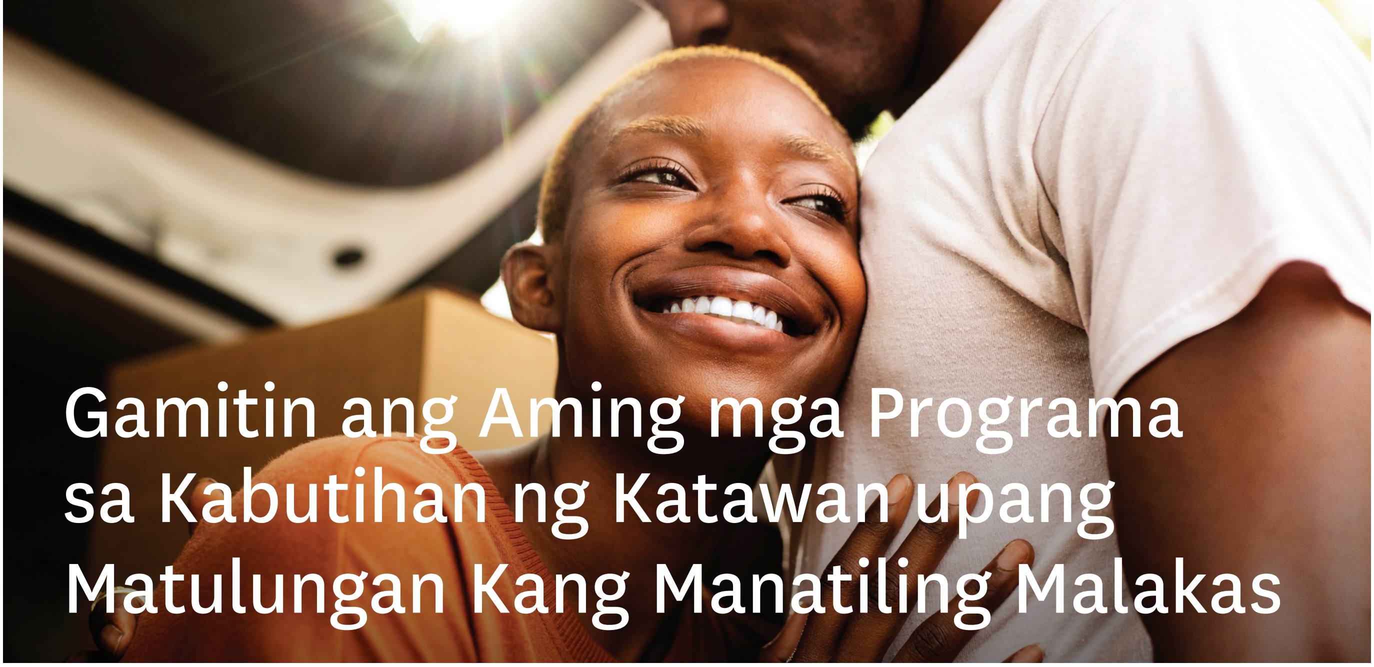
Siguraduhin na nasa iyo ang pangalan ng gamot at impormasyon tungkol sa iyong doctor:

Pangalan, numero ng telepono, numero ng fax (kung mayroon man)

Payo:
Hilingin ang mga generic na bersiyon ng mga may tatak na gamot upang makatipid sa mga gastos.

Paunawa: ang programang ito ay para lamang sa mga pangmentinang gamot. Maaari mo pa ring punan ang 30-araw na hindi pangmentinang mga prescriptions sa alinmang pharmacy na kinontrata ng Health Net. May ilan sa mga gamot na maaaring hindi makukuha sa pamamagitan ng programa ng serbisyo ng pharmacy sa koreo.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga serbisyo ng iyong pharmacy — pumunta sa MyCanopyHealth.com o i-download ang MyCanopyHealth na app. Sa paggawa ng iyong account, nagkaroon ka ng kakayahan na makapasok sa Mga Benepisyo Ko na seksiyon.



Gamitin ang Aming mga Programa sa Kabutihan ng Katawan upang Matulungan Kang Manatiling Malakas

Decision Power®: Kalusugan at Kabutihan ng Katawan

Kapag dinala mo ang iyong kalusugan sa susunod na antas, nais mong gumamit ng mga bagay na pasadyang ginawa para sa iyo. Tingnan ang Decision Power Kalusugan at Kabutihan ng Katawan upang gumawa ng aksiyon para sa isang panghabang-buhay na kalusugan.

Mga mensaheng nagpapaalala ng pangangalaga

Makakatanggap ka ng kapaki-pakinabang na mga paalala tungkol sa mga hakbang na maaari mong gawin upang maiwasan ang mga puwang sa iyong pangangalaga. Kabilang sa mga ito ang pagsusuri, taunang pagbabakuna, at higit pa upang mapanatili kang malusog! Maaari ring makatanggap ng mga paalala na ito ang iyong mga doctors upang kanilang mas mabuting ma-obserbahan ang katayuan ng iyong kalusugan.

Pagtatasa ng Kalusugan

Binibigyan ka ng pagtatasa ng kalusugan ng isang pinasadyang pag-uulat tungkol sa mga panganib sa iyong behavioral at kalusugang medikal. Matapos na makumpleto ang online na survey, makakatanggap ka ng isang personal na plano ng aksiyon.

Programa ng Pagbibigay-payo Ukol sa Kalusugan

Makinabang mula sa direktang suporta sa kabutihan ng katawan sa telepono sa tulong ng isang coach para sa kalusugan. Maaari kang pumili mula sa maraming mapagpipiliang mga paksa, tulad ng nutrisyon, pangangasiwa ng stress, ehersisyo, cessation ng tabako, pagbabawas ng timbang, at higit pa

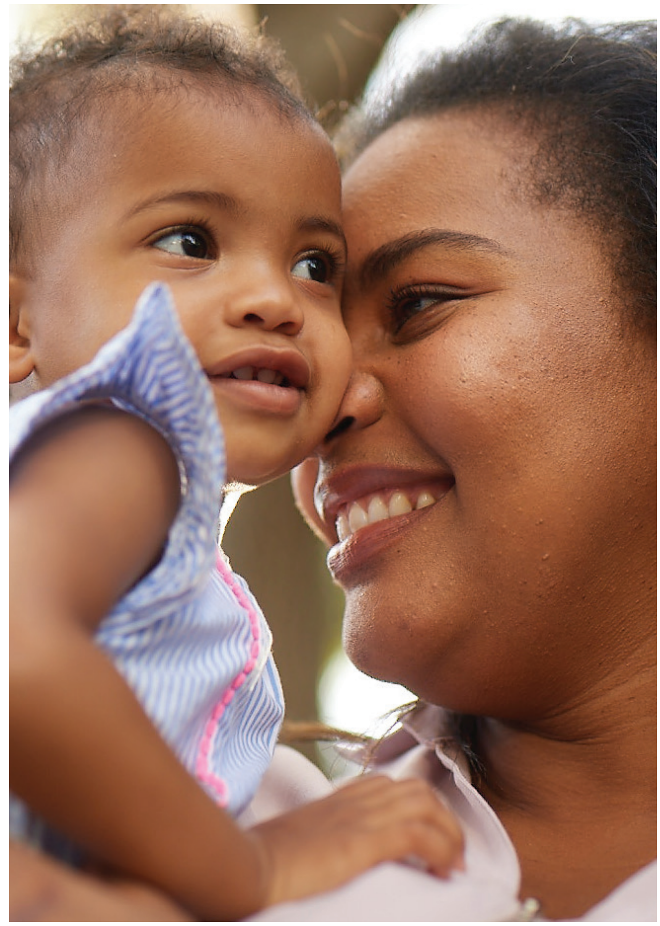
Programa ng cessation ng tabako

Oras na nakapag-enroll ka na (sa pamamagitan ng telepono) sa programa ng cessation ng tabako, mayroong isang coach na tutulong sa iyo sa proseso. Bilang karagdagan pa dito, magkakaroon ka rin ng pagkakataong gumamit ng mga kapaki-pakinabang na mga bagay na makakatulong sa iyo na huminto. Kabilang sa mga ito ang:

- Isang website na may mga bagay na magagamit para sa e-learning
- Isang online na chat forum
- Suporta sa pamamagitan ng text message
- Kakayahang makipag-ugnayan sa iyong coach sa pamamagitan ng email
- Isang libro ng gabay na nagbibigay-payo

Matuklasan ang myStrength

Sa pamamagitan ng myStrength, magkakaroon ka ng pribadong paraan upang makakuha ng mga bagay na magagamit upang matulungan ang sarili, payo, at pang-araw-araw na inspirasyon. Matutulungan ka ng myStrength na maging malusog, at manatiling malusog — sa katawan at pag-iisip. Makahanap ng tulong para sa stress, pagkabalisa, matagal nang patuloy na pananakit, at higit pa. Bisitahin ang mystrength.com/go/healthnet/HNSFHSS para sa karagdagang impormasyon.



Ang Active&Fit Direct™ na programa

Humanap ng isang fitness center o manatiling aktibo sa bahay! Sa pamamagitan ng Active&Fit

Direct na programa, magkakaroon ka ng pagkakataong makakuha ng o makapunta sa:

- 11,000+ na mga Standard Fitness Centers at Studios
- 5,000+ na mga BAGONG Premium Exercise Studios at Fitness Centers
- 4,000+ na mga Digital Workout Videos
- BAGO I-enroll ang Iyong Asawa (o ang iyong kinakasama)
- Pagbibigay-payo ukol sa Pamamaraan ng Pamumuhay
- Walang mga Pangmatagalang Kontrata

Lahat nang ito ay nagsisimula sa halagang $25 lang kada buwan. Pumunta sa www.healthnet.com/sfhss.

Ang mga members ay kinakailangang 18 taong gulang o mas matanda pa upang makilahok. Mayroong 3-buwan na panahon ng obligasyon na kinakailangang gawin. Ang Active&Fit Direct Program ay mula sa American Specialty Health Fitness, Inc., isang subsidiary ng American Specialty Health Incorporated (ASH). The Active&Fit logo is a trademark of ASH and used with permission.

Alamin kung sino ang dapat kausapin

Naririto kami para makatulong kung mayroon kang mga tanong tungkol sa iyong Health Net plan.

Para sa lahat ng mga Health Net CanopyCare HMO members

Tawagan ang Sentro ng Pakikipag-ugnayan sa Customer sa 1-833-448-2042 kapag mayroon kang mga katanungan tungkol sa mga benepisyo at pagiging kuwalipikado, o upang makatanggap ng tulong na makahanap ng mga kinakailangan.

Ang aming matutulunging mga tauhan ay matatagpuan Lunes - Biyernes mula 7:30am to 5:30 p.m. PST.

NONDISCRIMINATION NOTICE

CanopyCare HMO is offered by Health Net of California, Inc. (Health Net). MHN Services, LLC ("MHN"), a subsidiary of Managed Health Network, LLC, administers behavioral health benefits for Health Net. Health Net of California, Inc. is a subsidiary of Health Net, LLC.
Health Net is a registered service mark of Health Net, LLC. All rights reserved.