

會員指南



歡迎加入MetroPlusHealth
<Member Name>



目錄

- # CEO寄語
- # 準備開始
- # 選擇一名醫生
- # 去您的醫生處就診
- # 管理您的計劃
- # 術語表
- # 費用與承保範圍
- # 去哪裡接受醫療保健服務
- # 節省處方藥資金
- # MetroPlusHealth：
不僅僅是一份醫療保險
- # 如何使用您的計劃資源

歡迎

1.866.986.0356

歡迎



謝謝，
<Member Name>，
感謝您選擇MetroPlusHealth。

作為MetroPlusHealth的總裁兼CEO，我個人對您加入我們的計劃表示歡迎。

這份指南將協助您準備好開始，指南概述了您的計劃和MetroPlusHealth會籍運作方式的基本情況，並希望能解答您可能存在的許多疑問。

當然，如果有指南未涵蓋的內容——或者，如果您存在任何其他疑慮——我們始終能提供幫助。您可以透過幾種方式聯絡我們：

線上：metroplusmedicare.org

電話：1.866.986.0356（聽力障礙電傳：711）

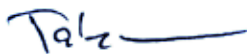
當面：造訪我們的社區辦事處

（前往metroplusmedicare.org找到距離您最近的辦事處）

隨信附上您新的**MetroPlusHealth**身份(ID)卡。其中還包括關於您承保範圍的重要資訊。請仔細查看，然後放入您的錢包。最好始終隨身攜帶您的ID卡以及您的Medicare卡。

再次感謝您加入MetroPlusHealth。我們很榮幸您能成為我們的會員，期待著能為您提供服務。

此致，



Talya Schwartz, MD

MetroPlusHealth

總裁兼首席執行官

1.866.986.0356

準備開始 非常簡單.....

HRA表格

加入MetroPlusHealth時，您需要填寫一份「健康風險評估」(HRA)表格。這張表格提出了關於您健康和既往史的問題。

HRA可以幫助我們為您提供幫助——您可能有資格參加一些特殊計劃，來幫助您獲得並保持健康。

現在，您可以線上填寫HRA：
members.metroplus.org。

您還可以致電我們的HRA部門：
1.212.908.3210，開放時間為週一至週五，上午9點至下午5點，透過電話填寫表格，或者申請向您郵寄一份表格。

1

攜帶您的ID卡

查看您的**新ID卡**。如果您有任何疑問或需要進行更換，請致電聯絡會員服務部。**請始終隨身攜帶此卡。**

2

透過網站註冊：

METROPLUSMEDICARE.ORG

您可以透過我們的**安全會員網站**線上管理自己的計劃，並查看重要的資訊。

3

尋找醫生

在**metroplus.org**上使用「Find a Doctor (尋找醫生)」工具，查看我們完整的**加盟醫生清單**，並搜尋一名滿足您需求的醫生。

提示：如果您在加入MetroPlusHealth後的頭90天內到您的**初級保健醫師(PCP)處就診**，則可能有資格透過我們的「**會員獎勵計劃**」獲得積分。

瀏覽**metroplusrewards.org**，查看所有詳情。

1.866.986.0356

選擇一名 網絡內醫生

務必安排一名初級保健提供者(PCP)。從您的PCP那裡接受定期保健服務，這對您的總體身心健康非常重要。您的PCP可以推薦並協調您可能需要的其他醫生或專科醫生。

選擇PCP時，務必要確保他們參加了我們的服務提供者網絡。如果您到我們網絡外的一名醫生那裡就診，**那麼您的保健服務將不被承保**。您應當致電聯絡服務提供者，確認他們依然在網絡內——當然，還要確認他們收治新病患。

您可以聯絡會員服務部更換您的PCP，或者在我們的網站上申請更換。



去醫生處 就診

如果您首次到PCP (或任何醫生) 處就診，請做好準備：

- 整理好以往的病歷資料，以及一份您正在服用的藥物清單
- 攜帶您其他醫生的姓名和電話號碼，以及您使用的藥房的電話號碼
- 確保您帶上了自己的MetroPlusHealth ID卡
- 提前寫下您存在的任何疑問或顧慮

除了您的MetroPlusHealth卡，還務必要帶好您參加的任何其他健康保險的ID，以及您的Medicare卡。務必要將您健康或藥物的任何變化告知醫生。

如果您對自己的處方藥福利存在疑問，請聯絡我們：**1.866.693.4615**
(聽力障礙電傳：711)。

如果您對自己的牙科福利存在疑問，請聯絡我們：**1.888.468.2189**。

透過網站管理您的計劃： metroplusmedicare.org



metroplus.org

別忘了註冊線上帳號：**metroplus.org**。
我們保障您所有個人資料的安全。

您可以在我們的網站上：

- 獲得關於您計劃的資訊
- 尋找網絡內醫生和機構
- 查看您的索賠狀態
- 獲得電子格式的會員 ID卡或申請新卡*
- 查看表格並瀏覽重要的計劃文件
- 利用一些工具和資源進行聯絡，來幫助您更健康地生活
- 註冊會員獎勵計劃
- 透過電話、平板或電腦聯絡醫生

*註冊線上帳戶後，要核對您的聯絡資訊（地址、電子郵件、電話號碼和手機號碼），確保資訊正確。您可以安排透過網站獲得計劃材料（而非紙本材料），前提是您向MetroPlusHealth告知自己的電子郵件或手機號碼。

您可利用我們網站上的線上「MetroPlus簡介」，具體見「會員獎勵計劃」頁面。瞭解如何熟悉您的健康保險計劃、計劃的多項福利和服務以及（身為MetroPlusHealth會員）如何透過到醫生處就診或完成健康挑戰活動獲得積分，然後兌換繽紛禮品，享受免費送貨上門服務！完成MetroPlusHealth的線上簡介，即可透過首次獎勵積分獲得5美元獎勵！

1.866.986.0356

MetroPlusHealth就在您身邊。您隨時可以造訪我們的社區辦公室，與MetroPlusHealth員工面對面交談，獲得您所需的幫助。或者，您可以參加我們的計劃主辦的多場特別活動，如健康展覽、返校嘉年華、火雞和玩具分發以及各類假期慶祝。

Metroplus.org上有一份包含我們的所有社區辦事處和活動地點的清單，因此，您隨時可以方便地尋找自己身邊的MetroPlusHealth。

術語表

福利包：您有權從計劃獲得的承保福利和服務的組合。

索賠：申請針對提供給您的承保服務或用品向您或您的醫生付款。

共同保險：您承擔的承保服務費用，以百分比顯示。例如，如果一項服務的費用是\$100，您的共同保險是20%，則您將支付\$20。由MetroPlusHealth支付其餘費用。

自付費用：您為承保服務支付的金額。根據服務類型不同，金額可能有所變化。

分攤費用/自付金額：您所承擔的承保服務費用。包括自負額、自付費用和共同保險。

自負額：在MetroPlusHealth開始支付前，您在一個計劃年度內可能需要為承保服務承擔的費用。例如，如果您的自負額為\$500，則您需要先為承保醫療保健支付\$500。並非您支付的所有費用都可計入您的自負額，例如保費或不承保服務的費用就不計入內。

退保指的是您終止一個計劃的會籍。退保在月末生效。

參保的生效日期：您身為MetroPlusHealth會員可以開始接受服務的第一天。通常為每月第一天。我們將在您參加我們的計劃時向您告知參保的生效日期。

福利說明(EOB)：在您獲得一項醫療保健（例如去看醫生）後，您將收到一封郵寄的EOB。EOB將說明您接受的服務、費用以及MetroPlusHealth支付的費用。EOB不是帳單。

網絡：網絡包含所有同意與MetroPlusHealth合作提供保健服務的醫生、醫院和其他醫療保健服務提供者（例如物理治療師）。對於所有的非緊急護理服務，您都必須使用網絡。

保費：為保持您的健康保險生效，您必須為某些類型的保險支付的金額。

初級保健提供者(PCP)：提供、協調或幫助您接受各類醫療保健服務的醫生或其他從業醫師。

1.866.986.0356

費用與承保 範圍

身為MetroPlusHealth會員，您需要遵守某些規則，您的醫療保健才會被承保。

首先，您始終應目前往

MetroPlusHealth網絡內醫生處就診（針對非急診情況）。*

您可以使用我們網站上的「Find a Doctor（尋找醫生）」工具來找到一名網絡內服務提供者。

MetroPlusHealth網絡內的服務提供者不得向您收取超出承保服務分攤部分的費用。例如，如果一名加盟服務提供者向MetroPlusHealth寄送一份\$300的帳單，但我們支付的金額是\$200，則他們不得向您寄送帳單索取剩餘金額。如果您去一名網絡外服務提供者處就診，且計劃未授權這次就診，則該服務提供者會向您計費。如果該服務提供者不接受我們的付款，或者雖然接受我們的付款，但款項並不涵蓋整個就診的費用，那麼該服務提供者可能會向您收取剩餘部分的費用。如果您出現這種情況，請聯絡會員服務部。

metroplus.org

您的承保 範圍

作為我們計劃的會員，您可享受優厚的醫療福利，包括：

- 到您自己的初級保健提供者（PCP）處接受定期檢查和診療
- 轉診至我們網絡中的專科醫師
- 緊急護理
- 急診室
- 住院護理
- 化驗和X光服務
- 在專業康復機構獲得的服務
- 家庭護理
- 物理、言語和作業治療
- 牙科
- 針灸治療
- 社會日間保健
- 個人緊急反應系統
- 輔助生活

要瞭解更多關於您福利的資訊，請參見您的會員資料。

預防保健無自付費用！

*如果我們的網絡內沒有能提供您所需保健服務的專科醫生，我們將從網絡外找一位專科醫生來向您提供該保健服務。



需要協助或支援？MetroPlusHealth很榮幸隨時為您服務。請致電 **1.866.986.0356** 聯絡我們（聽力障礙電傳：711），工作時間為每天24小時，每週7天，可提供任何幫助——您甚至可以透過電話支付每月保費。

1.866.986.0356

瞭解去哪裡接受 醫療保健服務

遠端醫療

如果您感覺不適，不一定要離家就醫。對於這些常見情況，您可透過智慧型電話、平板或電腦接受醫生提供的保健服務，工作時間為每天24小時，每週7天：

- 感冒、咳嗽和流感
- 過敏症
- 皮疹
- 行為健康（心理健康和藥物濫用護理）

瀏覽[Metroplusvirtualvisit.com](https://metroplusvirtualvisit.com)，註冊以獲得每天24小時，每週7天的免費遠端醫療服務。

診室就診

您的PCP可以完成遠端醫療或緊急護理中心展開的所有工作——因此，如果您可以立即去他或她那裡解決一個急迫的問題，則應當這麼做。即使您在別的地方接受治療，也要安排一次後續訪診或一般檢查的預約。對於許多類型的保健服務，您的初級保健醫師都是最好、最恰當的選項，例如：

- 藥物續配
- 定期檢查和體檢
- 長期健康狀況管理
- 戒煙
- 制訂更健康的生活方式計劃
- 返工許可
- 免疫接種（流感疫苗注射等）

出現緊急醫療情況，請致電911。請勿嘗試駕車。

metroplus.org

前往正確的地點接受保健服務意味著在需要時接受您所需的正確檢測和保健服務。瞭解去哪裡接受服務：

緊急護理

當發生非致命但依然需要迅速照護的情況時，緊急護理中心是一個快速、方便的項。MetroPlusHealth會員可在全紐約市接受緊急護理服務，來幫助應對突發疾病、受傷或需要立即護理、但尚未嚴重到必須前往急診室就診的情況。即使接受緊急護理，您仍需與初級保健醫生保持聯絡，初級保健醫生需要瞭解您的健康出現的一切狀況。緊急護理處理這些問題：

- 切割傷、傷口
- 噁心/嘔吐、腹瀉
- 偏頭痛/頭痛
- 新出現的泌尿問題
- 扭傷和肌肉拉傷
- 輕微骨折/脫臼
- 輕微燒傷
- 過敏反應和過敏症
- 感冒、發燒、流感
- 咽喉痛、鏈球菌性喉炎
- 支氣管炎
- 哮喘發作
- HIV潛在暴露

大部分緊急護理中心還能進行常規檢測和程序，如血檢和X光檢查

急診室

在最極端的情況下（危及生命、您失去身體機能或者出現難以忍受的疼痛），您應目前往最近的醫院急診室(ER)，或者致電911，讓他們將您送到急診室。需要ER的典型情況包括：

- 咳血或嘔血
- 傷口無法控制地出血
- 開放性骨折
- 嚴重灼傷
- 中毒
- 嚴重的呼吸急促/呼吸困難，無法停止
- 嚴重的胸痛或心悸
- 嚴重的胃痛
- 視覺模糊/突然的視力變化
- 口齒不清
- 昏厥、眩暈
- 失去平衡
- 突然的意識模糊

您可以去您PCP所在或所屬的醫院就診。

出現緊急醫療情況，請致電911。請勿嘗試駕車。

1.866.986.0356



節省處方藥 資金

您的MetroPlusHealth計劃中有一項藥物承保福利。但是，您可以透過與醫生合作來節省更多資金。盡可能要求在處方中開具學名藥，始終要確保獲得您計劃的藥物清單中列出的藥物（該清單被稱為《處方一覽表》）。您應當僅在MetroPlusHealth網絡內的藥房抓取處方藥，才能享受到最低價格。

您可以在網站查看自己的《處方一覽表》以及加盟的網絡內藥房：
metroplusmedicare.org。



普通



品牌



專業

1.866.986.0356

MetroPlusHealth： 不僅僅是一份醫療保險

我們遠不止承保醫療支出。從第一天開始，
您這樣的會員就能獲得這些服務。

1

會員網站

您可以在我們的網站上完成各種操作。申請表格或其他材料、更新您的個人資料、查看和列印您的會員ID卡、尋找服務提供者和藥房、更換醫生.....各種功能，應有盡有。

2

遠端醫療

您足不出戶即可透過電話、平板或電腦獲得您所需的醫療保健服務。遠端醫療服務包括緊急護理、專科醫生服務、心理健康服務和更多內容！

3

保健管理

我們的保健管理計劃旨在幫助您保持健康，提供您最需要的額外支援。我們計劃的目的是與您和您的醫生合作，使您可以保持獨立，並掌控自己的生活。我們可以幫助您解決困難，並向您推薦正確的資源。

- 針對一些慢性病的病友計劃
- 社會服務
- 社區活動

4

會員時事通訊

我們每季度的時事通訊提供最新的觀點和建議，讓您瞭解如何健康生活和自我照護。
查看地址：metroplus.org/newsletters。

5

GOOD4YOU健康圖書館

healthlibrary.metroplus.org上涵蓋數千種健康和保健主題，是一個一站式購物中心，從深入的醫療資訊到健康食譜、視訊甚至症狀記錄表，各種內容一應俱全。

6

會員獎勵計劃

這個計劃旨在激勵會員參加特定活動，來改善他們的健康、生活品質和保健。完成活動時可以獲得獎勵積分。累積足夠的積分，即可訂購我們獎勵目錄中的用品。

1.866.986.0356

如何使用 您的計劃資源

《醫生名錄》

我們的《醫生名錄》中列出了我們網絡內的所有服務提供者，包括他們的姓名、地點、使用的語言以及專科。我們希望您可以在需要時找到正確的醫生。

線上

瀏覽metroplus.org，按一下「Find a Doctor (尋找醫生)」。您可以使用互動工具來搜尋您所需類型的醫生。

查看並下載：瀏覽metroplus.org，按一下「Members (會員)」，然後按一下「Provider Directory (《醫生名錄》)」。您可以下載或查看我們服務提供者的清單。

metroplus.org

電話：

會員服務部：請致電
1.866.986.0356聯絡我們
(聽力障礙電傳：711)。
我們的會員服務部員工可以協助您找到一名服務提供者，或者免費向您郵寄一份紙本版醫生名錄。

《會員手冊》和 《承保福利說明》

您的《會員手冊》和《承保福利說明》包含關於您的承保服務以及計劃運作方式的重要資訊。

線上

瀏覽metroplusmedicare.org，按一下計劃下的「獲得詳情」。所有材料均可在計劃頁面查看。您可以下載或查看您的會員材料。

電話：

會員服務部：請致電
1.866.986.0356 聯絡我們
(聽力障礙電傳：711)。
我們的會員服務部員工可以回答您存在的任何疑問，或者免費向您郵寄一份紙本版計劃資訊。

1.866.986.0356

**MetroPlus
Health Plan, Inc.**
50 Water Street
New York, NY 10004

1.866.986.0356
(聽力障礙電傳：711)
metroplusmedicare.org

