



# Как пользоваться страховым планом

2026 SFHP Care Plus  
Руководство для участников



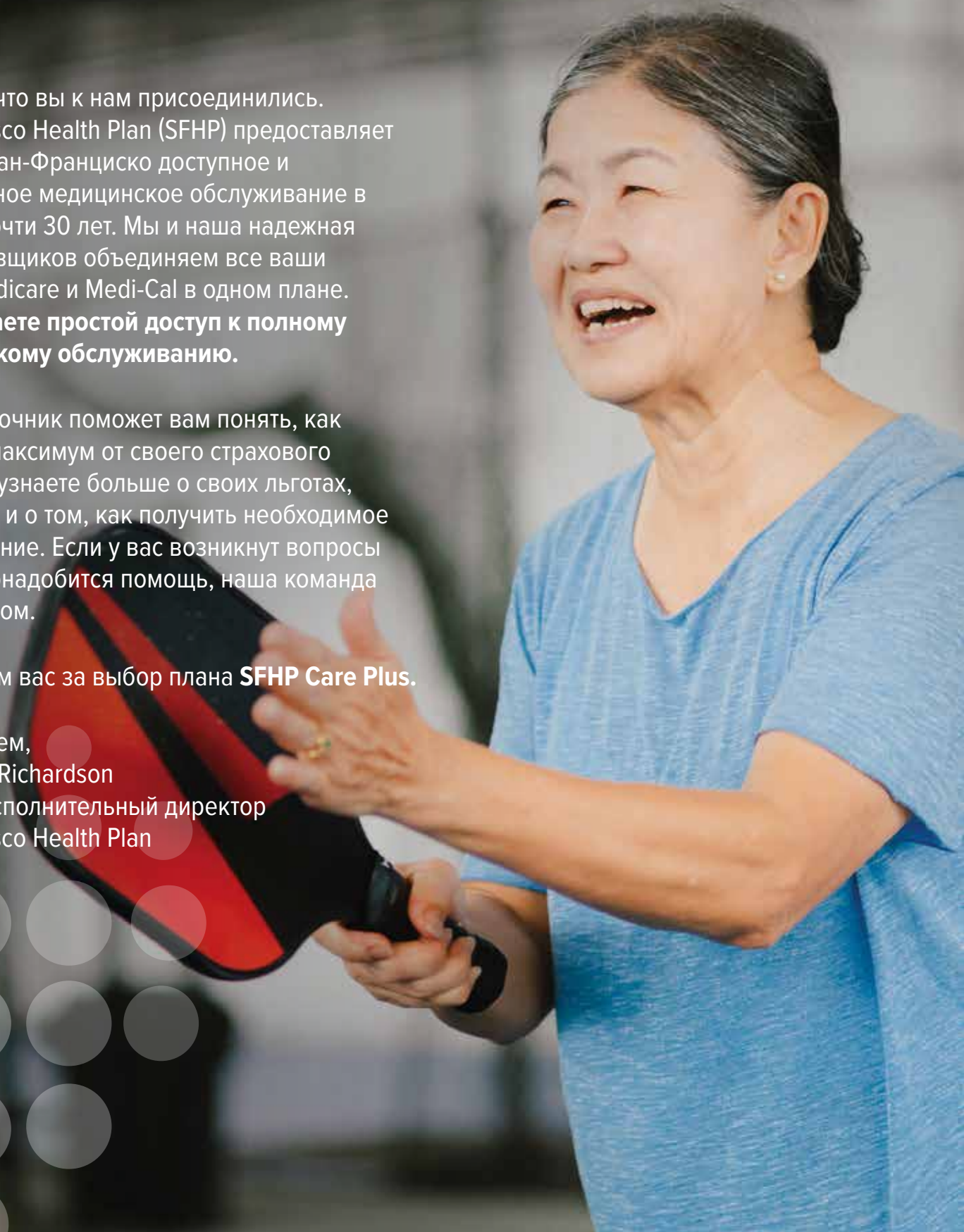
# Добро пожаловать в план SFHP Care Plus!

Мы рады, что вы к нам присоединились. San Francisco Health Plan (SFHP) предоставляет жителям Сан-Франциско доступное и качественное медицинское обслуживание в течение почти 30 лет. Мы и наша надежная сеть поставщиков объединяем все ваши льготы Medicare и Medi-Cal в одном плане. **Вы получаете простой доступ к полному медицинскому обслуживанию.**

Этот справочник поможет вам понять, как получить максимум от своего страхового плана. Вы узнаете больше о своих льготах, сети плана и о том, как получить необходимое обслуживание. Если у вас возникнут вопросы или вам понадобится помощь, наша команда всегда рядом.

Благодарим вас за выбор плана **SFHP Care Plus.**

С уважением,  
Yolanda R. Richardson  
Главный исполнительный директор  
San Francisco Health Plan



# Оглавление

---

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| Начните свой путь к здоровью с SFHP Care Plus                                 | 4  |
| План SFHP Care Plus — как это работает                                        | 5  |
| Все ваши льготы в одном плане                                                 | 6  |
| Бесплатные дополнительные медицинские льготы                                  | 8  |
| Подробно о сети плана, идентификационной карте участника и вашем PCP          | 10 |
| Полное медицинское обслуживание начинается здесь                              | 12 |
| Начните экономить с вашей картой безрецептурных препаратов SFHP Care Plus OTC | 14 |
| Быстрое получение необходимых рецептурных лекарств                            | 16 |
| Материалы для участников онлайн и важные контакты                             | 18 |

# Начните свой путь к здоровью с SFHP Care Plus

Не знаете, с чего начать? Сделайте три следующих важных шага, чтобы оставаться здоровым и получать наилучшее медицинское обслуживание:



## Заполните форму Оценки рисков для здоровья (HRA)

Вы должны заполнить HRA в течение первых 90 дней в качестве участника, если еще этого не сделали. HRA помогает вашей группе медицинских специалистов разобраться в ваших медицинских потребностях и составить индивидуальный план медицинского обслуживания (ICP).

Еще не заполнили форму? Узнайте больше на **странице 12**.



## Запланируйте ежегодную проверку состояния здоровья (AWV)

Ежегодная проверка состояния здоровья — ключ к его поддержанию. Познакомьтесь с вашим основным поставщиком медицинских услуг (PCP) и запланируйте необходимое медицинское обслуживание.

Узнайте больше о AWV и PCP на **странице 12**.



## Обратитесь к вашему менеджеру по управлению медицинским обслуживанием

Свяжитесь со своим менеджером по управлению медицинским обслуживанием прямо сейчас. Ваш менеджер по управлению медицинским обслуживанием работает с вами и вашими врачами, чтобы координировать оказываемые вам услуги и предоставлять вам наилучшее обслуживание. Узнайте больше на **странице 12**.

После того, как вы выполнили эти три пункта, вы можете начать знакомиться со своими льготами, материалами участника и многим другим:

### Изучите ваши покрываемые страховые льготы

SFHP Care Plus включает в себя льготы Medicare и Medi-Cal, которые вы можете получать бесплатно и без уплаты ежемесячных страховых взносов. Переходите на **страницу 6**, чтобы узнать, какие услуги покрываются страховым планом, и как получить максимум пользы от плана.

### Узнайте, как пользоваться своими дополнительными бесплатными льготами

Мы предлагаем множество дополнительных льгот, таких как офтальмология, стоматология, льготы для слабослышащих, а также специальные дополнительные льготы для людей с хроническими заболеваниями (SSBCI). Переходите на **страницу 8**, чтобы узнать больше.





### Получите доступ к своей информации о состоянии здоровья на нашем Портале для участников

Посетите Портал для участников, чтобы просмотреть свою историю болезни, изменить РСР, запросить новую идентификационную карточку участника и сделать многое другое. Еще не зарегистрировались? Перейдите по ссылке [sfhp.org/ru/careplus-portal](https://sfhp.org/ru/careplus-portal) для получения учетной записи и доступа к portalу.

### Найдите все материалы участников онлайн

Посетите сайт [sfhp.org/ru/careplus-yourmaterials](https://sfhp.org/ru/careplus-yourmaterials), чтобы ознакомиться с материалами для участников, такими как «Краткое описание страховых льгот», «Перечень покрываемых страховкой препаратов», «Каталог поставщиков медицинских услуг и аптек» и другие.

### Прочие вопросы вы можете задать, позвонив в Отдел обслуживания участников плана SFHP

Сотрудники нашего плана всегда готовы прийти вам на помощь. Телефон: **1(415) 539-2273, 1(833) 530-7327** (бесплатно) или **711** (TTY), 8:00am–8:00pm. Мы работаем без выходных с октября по март и закрыты в субботу и воскресенье с апреля по сентябрь.

## План SFHP Care Plus — как это работает

SFHP Care Plus объединяет ваши льготы Medicare и Medi-Cal, чтобы упростить для вас доступ к медицинскому обслуживанию:

- **Единая** идентификационная карточка участника для простого доступа ко всем услугам и льготам
- **Один** телефонный звонок на вашем языке, если вам нужна помощь
- **Единая** менеджер, который поможет вам координировать ваше медицинское обслуживание



### Ваше страховое покрытие

- **\$0 — стоимость медицинских услуг.** Никаких взносов, вычетов или доплат
- **Дополнительные бесплатные** льготы для поддержания вашего здоровья, такие как стоматологические льготы, офтальмология и акупунктура
- Страхование рецептурных лекарств в рамках Medicare Part D с низкой доплатой

### Наша община

- Мы сотрудничаем с North East Medical Services (NEMS), общественным медицинским центром, специалисты которого знают Сан-Франциско и людей, которые живут здесь
- Находите врачей, специалистов и больницы рядом с вами и в вашем местном плане медицинского страхования

### Ваша лечащая группа

- Вы сами контролируете свое обслуживание при поддержке вашего менеджера по управлению медицинским обслуживанием
- Ваш персональный менеджер по управлению медицинским обслуживанием связывает вас с необходимыми ресурсами, а также координирует ваше обслуживание и помогает вам достичь поставленных целей
- Ваша лечащая группа работает сообща, чтобы убедиться в том, что:
  - Все ваши поставщики знают, какие лекарства вы принимаете, чтобы избежать побочных эффектов
  - Результаты анализов передаются нужным поставщикам медицинских услуг для наилучшего и наиболее безопасного лечения

# Все ваши льготы в одном плане

SFHP Care Plus предоставляет то же самое страховое покрытие, что и Medicare и Medi-Cal, А ТАКЖЕ индивидуальное медицинское обслуживание без дополнительных расходов. Вы платите **\$0** за все медицинские услуги в сети плана. **Никаких страховых взносов, вычетов и доплат.** Если вам нужна услуга, не предоставляемая нашей сетью, мы рассмотрим и разрешим лечение за пределами сети.

## Ознакомьтесь с медицинскими льготами в сети плана:

### Первичная медицинская помощь: \$0

Нашим страховым планом покрывается ежегодная проверка состояния здоровья (AWV) для поддержания вашего здоровья. Услуга оплачивается раз в год (12 месяцев). Мы также предлагаем все профилактические услуги, покрываемые Частями А и В Medi-Cal и Medicare, например, прививки от гриппа и скрининг на раковые опухоли. Для получения всех плановых и профилактических услуг в первую очередь обращайтесь к своему основному поставщику медицинских услуг (РСП). Ваш РСП поможет вам контролировать такие состояния как диабет и высокое кровяное давление и при необходимости может направить вас к специалисту. Чтобы найти врачей и других поставщиков услуг в вашей сети, заходите на сайт [sfhp.org/ru/careplus-providers](https://sfhp.org/ru/careplus-providers).

### Специализированный уход\*: \$0

Специалисты могут помочь вам в лечении сложных или хронических (длительных) заболеваний. Примерами таких специалистов могут быть кардиологи при заболеваниях сердца, дерматологи при кожных заболеваниях, гастроэнтерологи при заболеваниях желудка и органов пищеварения.

### Госпитализаци: \$0

Нашим страховым планом покрывается пребывание в стационаре. Услуги пребывания в стационаре включают в себя хирургическое или иное лечение, включая услуги лечения расстройств вследствие употребления психоактивных веществ.

### Экстренная и срочная медицинская помощь: \$0

Страховкой покрывается обращение в пункт неотложной помощи, срочная медицинская помощь и транспортировка каретой скорой помощи. Неэкстренная транспортировка покрывается в качестве дополнительной льготы. Для получения дополнительной информации см. раздел ниже. Однако, если вы получаете помощь вне сети плана:

- Неотложная медицинская помощь покрывается только в США и на территориях США
- Срочная медицинская помощь покрывается только в США и на территориях США, либо если обращение за медицинским обслуживанием в сети плана не является целесообразным

### Медицинские анализы и лабораторные исследования\*: \$0

Мы покрываем услуги диагностической радиологии, такие как рентген, МРТ и КТ. Мы также покрываем лабораторные и диагностические процедуры, такие как анализ крови.

## Психиатрические услуги: \$0

Амбулаторные психиатрические или психотерапевтические услуги включают среди прочего следующие:

- индивидуальные и групповые занятия с целью оценки психического состояния и лечения;
- услуги интенсивного амбулаторного лечения (IOP) и по программе частичной госпитализации (PHP);

SFHP сотрудничает со службой Carelon Behavioral Health для оказания услуг психиатрической помощи.

Позвоните в Carelon по номеру **1(855) 371-8117** (TTY **711**) или посетите сайт [carelonbehavioralhealth.com](https://carelonbehavioralhealth.com), чтобы получить дополнительную информацию.

## Лечение расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ: \$0

Мы покрываем услуги скрининга, оценки, кратковременного вмешательства и получения направления на лечение (SABIRT), а также программу опиоидной терапии (ОТР).

## Реабилитационная терапия\*: \$0

Страховкой покрываются услуги физиотерапии, трудотерапии и логопедии. Вы можете получить такие услуги в различных учреждениях, например, в:

- Амбулаторных отделениях больницы
- Комплексных амбулаторных реабилитационных учреждениях (CORFs)
- Кабинетах независимых терапевтов
- У вас дома

## Подиатрия и ортотика: \$0

Мы покрываем диагностику и лечение травм и заболеваний стопы (таких как молоткообразный палец или пяточная шпора). Мы также покрываем необходимые по медицинским показаниям услуги для участников с такими состояниями как диабет.

## Медицинское оборудование длительного пользования (DME)\*: \$0

Мы покрываем все необходимое по медицинским показаниям DME, которое покрывается программами Medicare и Medi-Cal, например, инвалидные коляски (включая электрические инвалидные коляски), костыли и другие одобренные предметы.

## Диализ: \$0

Страховкой покрываются услуги и принадлежности для диализа в любом месте, где вам это необходимо: в больнице, амбулаторном центре диализа или дома. Для получения услуг вне сети плана необходимо предварительное одобрение.

## Круглосуточная медсестринская консультативная линия: \$0

Если вы не знаете, что делать или какое медицинское обслуживание вам необходимо, позвоните на медсестринскую консультативную линию. Там вам помогут решить, куда обратиться за медицинской помощью, как помочь себе дома и многое другое. Позвоните по круглосуточному номеру **1(877) 977-3397** и задайте свой вопрос медсестре, чтобы получить помощь в неэкстренном случае.

\* Может потребоваться предварительное разрешение.

# Бесплатные дополнительные медицинские льготы

План SFHP Care Plus предоставляет дополнительные льготы для поддержания вашего общего благополучия. Узнать о дополнительных льготах вы можете на сайте [sfhp.org/ru/careplus-benefits](https://sfhp.org/ru/careplus-benefits) или позвонив в Отдел обслуживания участников плана SFHP Care Plus.

Ваши дополнительные льготы включают в себя:

## Безрецептурные товары и услуги (ОТС)

вы получаете **\$150** на свою карту ОТС от SFHP Care Plus каждые 3 месяца, которые вы можете потратить на одобренные безрецептурные товары. На **странице 14** приведена более подробная информация об использовании карты ОТС от SFHP Care Plus, о том, где делать покупки и многом другом. Чтобы больше узнать о льготе на безрецептурные товары, заходите на сайт [andmorehealth.com](https://andmorehealth.com) и регистрируйтесь.

## Стоматологическое обслуживание

как участник SFHP Care Plus вы можете бесплатно получать стоматологическое обслуживание у поставщиков **Medi-Cal Dental** или **Liberty Dental**.

Страховкой покрываются ежегодные плановые осмотры (чистка и рентген), услуги по восстановлению (коронки, мосты) и восстановление зубных протезов. Ваш поставщик стоматологических услуг также предоставит услуги, покрываемые Medi-Cal Dental (некоторые услуги требуют предварительного одобрения). Позвоните по номеру **1(888) 704-9838** (TTY **711**) или посетите сайт [libertydentalplan.com](https://libertydentalplan.com), чтобы найти специалиста и узнать больше.

- **Сеть Medi-Cal Dental** : вы сохраняете доступ ко всем стоматологическим услугам, покрываемым Medi-Cal Dental. Чтобы посмотреть полный список услуг, покрываемых Medi-Cal Dental, найти стоматолога в сети поставщиков, либо подать жалобу или претензию, позвоните по номеру **1(800) 322-6384** (TTY **1(800) 735-2922**) или посетите сайт [smilecalifornia.org](https://smilecalifornia.org).

Узнайте больше о ваших стоматологических льготах от плана SFHP Care Plus: [sfhp.org/ru/careplus-dental](https://sfhp.org/ru/careplus-dental).

## Офтальмология

SFHP Care Plus сотрудничает с **VSP Vision Care (VSP)**, чтобы помочь вам получить необходимую офтальмологическую помощь. Каждый год вы получаете:

- Стандартная проверка зрения: **\$0**
- До **\$300** на очки (оправы и линзы) или контактные линзы вместо очков

Для того чтобы найти поставщика офтальмологических услуг, зайдите на сайт [vsp.com/advantageretail](https://vsp.com/advantageretail), или позвоните по телефону **1(855) 492-9028** и попросите помочь вам найти врача в рамках сети Advantage. VSP свяжет вас с поставщиком услуг внутри сети.

Узнайте больше об услугах для поддержания зрения через VSP: [sfhp.org/ru/careplus-vision](https://sfhp.org/ru/careplus-vision).

## Слух

для поддержки вашего слуха SFHP Care Plus предлагает ежегодные льготы, в том числе:

- **\$0** за ежегодный плановый осмотр органов слуха
- Проверка и настройка слуховых аппаратов
- До **\$2000** на слуховой аппарат (оба уха)

Слуховые аппараты и связанные с ними услуги покрываются страховкой, если они назначены врачом или другим квалифицированным поставщиком медицинских услуг. Чтобы запланировать обслуживание, свяжитесь напрямую со следующими поставщиками:

- North East Medical Services (NEMS): поговорите с Вашим PCP об уходе за слухом во время ежегодной проверки здоровья. Телефон вашего PCP указан на обороте вашей идентификационной карточки участника.
- Аудиология в Тихоокеанском университете: позвоните по номеру телефона **1(415) 780-2001** или посетите сайт [hearingclinic.pacific.edu](http://hearingclinic.pacific.edu)
- Решения при проблемах со слухом и зрением: позвоните по телефону **1(415) 742-4440** или посетите сайт [hearsf.com](http://hearsf.com)

Для получения дополнительной информации о ваших льготах по поддержанию слуха [sfhp.org/ru/careplus-hearing](http://sfhp.org/ru/careplus-hearing).

## Акупунктура и мануальная терапия

Мы сотрудничаем с организацией American Specialty Health (ASH), чтобы предложить вам льготы, выходящие за рамки стандартного страхового покрытия Medicare. Став участником SFHP Care Plus, вы получаете:

- Акупунктура: **\$0** доплата, до 24 посещений в год
- Услуги мануального терапевта: **\$0** доплата, до 12 посещений в год

Чтобы найти врача из ASH, предоставляющего услуги акупунктуры или мануальной терапии, зайдите на сайт [sfhp.org/ru/careplus-ash](http://sfhp.org/ru/careplus-ash) или позвоните по номеру телефона **1(800) 678-9133** или **1(877) 710-2746** (TTY).

## Дополнительные льготы для участников с хроническими заболеваниями (SSBCI)

при определенных условиях для участников с хроническими заболеваниями, такими как диабет или сердечные заболевания, по карте безрецептурных препаратов SFHP Care Plus OTC предоставляются дополнительные льготы:

- **\$20 в месяц** на здоровое питание /продукты
  - Неиспользованные средства на следующий месяц не переходят
  - Используйте безрецептурную карту SFHP Care Plus OTC в местных магазинах, которые участвуют в программе
- **\$20 в месяц** на коммунальные услуги (электричество, вода, отопление и т.д.)
  - Неиспользованные средства на следующий месяц не переходят
  - Используйте безрецептурную карту SFHP Care Plus OTC при оплате счетов за коммунальные услуги онлайн или по телефону
- 24 поездки в одну сторону до немедицинских учреждений (церковь, центры отдыха, продуктовый магазин и т.д.)
  - Эта льгота предоставляется дополнительно к вашей транспортной льготе Medi-Cal

Хотите узнать больше о праве на участие в программе SSBCI, льготах и о том, как запланировать транспортировку? Находите поддержку и получайте ответы на свои вопросы на сайте [sfhp.org/ru/careplus-SSBCI](http://sfhp.org/ru/careplus-SSBCI).

# Подробно о сети плана, идентификационной карте участника и вашем РСР

## North East Medical Services: ваша сеть медицинского обслуживания

SFHP Care Plus сотрудничает с North East Medical Services (NEMS), чтобы предлагать вам персонализированное обслуживание в вашем районе. В сеть NEMS входит 28 клиник в районе SF Bay Area и более 200 поставщиков различных медицинских услуг. Вместе мы упрощаем получение необходимой вам медицинской помощи тогда, когда она вам необходима.

## Одна карта участника для получения необходимого лечения и анализов

Вы уже получили или в ближайшее время получите по почте идентификационную карту участника плана SFHP Care Plus. С этой картой участника вы можете получить доступ ко ВСЕМ вашим льготам по программам Medicare и Medi-Cal. Храните эту карту в надежном месте и всегда берите ее с собой.

**Предъявляйте свою идентификационную карту участника каждый раз при получении медицинского обслуживания или получении лекарства по рецепту.** Ваша карта сообщает поставщикам медицинских услуг, что вы являетесь участником плана SFHP Care Plus и что вам не должен выставляться счет за медицинские услуги в сети. Если вы потеряли идентификационную карту участника плана, вы можете позвонить в Отдел обслуживания участников плана или посетить портал для участников и запросить новую по адресу: [sfhp.org/ru/careplus-portal](https://sfhp.org/ru/careplus-portal).

У вас есть желтая карта NEMS? При желании вы можете продолжать пользоваться вашей идентификационной картой NEMS. Независимо от того, пользуетесь ли вы идентификационной картой NEMS или SFHP Care Plus, вы можете получать доступ ко всем вашим льготам и услугам.

 **SFHP Care Plus** (HMO D-SNP)  
**Member Name:** PAT LEE  
**Member ID:** 71234567890  
**Care Management Phone:** 1(415) 615-4545  
**Medical Group:** North East Medical Services - DSNP Network  
**PCP Name:** Valerie D Mejia MD  
**PCP Phone:** 1(415) 539-2273  
**Copays:** PCP/Specialist: \$0 ER: \$0  
**H8051 001**

  
**RxBIN:** 015574  
**RxPCN:** ASPROD1  
**RxGRP:** SFP01  
**Emergency, call 911**  
**3) 530-7327** (toll-free) or **711** (TTY)  
**3) 704-9838**  
**5) 492-9028**  
**5) 371-8117**  
**7) 391-9293**  
**org/care-plus**  
**Care Plus, Attn: Claims**  
**Box 194247, San Francisco, CA 94119**  
**Claim Inquiry: 1(415) 547-7818 ext. 7115**  
**Provider Services: 1(415) 547-7818 ext. 7084**

Вам нужна помощь или есть вопросы относительно вашей идентификационной карты участника? Обратитесь в Отдел обслуживания участников плана SFHP Care Plus или зайдите на сайт в [sfhp.org/ru/careplus-idcard](https://sfhp.org/ru/careplus-idcard).

## Быстрое получение необходимого лечения у основного поставщика медицинских услуг

Ваш основной поставщик медицинских услуг (РСП) является вашим личным врачом, если вам требуется осмотр, совет по поводу проблемы со здоровьем, если вы заболели или получили травму. Ваш РСП помогает организовать для вас профилактическую и несрочную медицинскую помощь. Он может помочь вам:

- Лечить распространенные заболевания.
- Лучше справляться с хроническими заболеваниями.
- Получать вакцины (прививки) для профилактики таких инфекций, как грипп.
- Быстро получить помощь специалиста и многое другое.

Вы должны ежегодно посещать своего РСП для проверки состояния здоровья, чтобы у вас был план поддержания здоровья. Чтобы связаться с вашим РСП, найдите на своей идентификационной карте участника его имя, адрес и номер телефона.

Хотите поменять РСП? Посетите портал для участников по адресу [sfhp.org/ru/careplus-portal](https://sfhp.org/ru/careplus-portal) или обратитесь за помощью в Отдел обслуживания участников SFHP Care Plus. Звоните по номеру **1(415) 539-2273, 1(833) 530-7327** (бесплатно) или **711** (TTY), 8:00am–8:00pm.



# Полное медицинское обслуживание начинается здесь



## Свяжитесь со своим персональным менеджером по управлению медицинским обслуживанием

Если вы этого еще не сделали, скоро вам позвонит менеджеру по управлению медицинским обслуживанием SFHP Care Plus. Ваш менеджер по управлению медицинским обслуживанием — это ваше контактное лицо и информационный ресурс в SFHP Care Plus. Он станет вашим проводником к персонализированному обслуживанию и поддержке.

Ваш менеджер по медицинскому обслуживанию:

- Работает с вами, нашим страховым планом и всеми вашими врачами и поставщиками медицинских услуг
- Помогает координировать и контролировать ваше обслуживание
- Следит за тем, чтобы вы получали все необходимое для достижения ваших целей в области здоровья
- Может связать вас с другими ресурсами, такими как услуги поддержки на дому (IHSS), питание при особых медицинских потребностях или местные общественные организации

Мы знаем, что когда дело касается здоровья, важно, чтобы рядом с вами был человек, которому вы доверяете. Ваш менеджер по управлению медицинским обслуживанием будет сопровождать вас на каждом этапе вашего пути к здоровью, чтобы помочь вам сориентироваться в поставщиках медицинских услуг, получить лекарства по рецепту и облегчить получение необходимой медицинской помощи.

Чтобы связаться с вашим менеджером по управлению медицинским обслуживанием и получить дополнительную информацию о ваших льготах, позвоните в службу управления медицинским обслуживанием SFHP Care Plus по телефону **1(415) 615-4545**.





## Заполните форму оценки рисков для здоровья (HRA)

**Вы должны пройти оценку рисков для здоровья (HRA) в течение 90 дней со дня регистрации в SFHP Care Plus и обновлять ее каждый год.** HRA нужна для определения ваших медицинских и социальных потребностей. Вы еще не заполнили HRA? Ваш менеджер по управлению медицинским обслуживанием может помочь вам это сделать.

После того как вы заполните форму HRA, вы встретитесь со своим менеджером по управлению медицинским обслуживанием и лечащей группой. Ваша лечащая группа может включать в себя вас, вашего PCP, других специалистов по уходу и членов семьи.

Вместе вы сможете использовать HRA для планирования **индивидуального плана медицинского обслуживания (Individualized Care Plan, ICP)** на основании ваших потребностей и целей в области здоровья. ICP — это письменный план, в котором указано, какие услуги вы должны получить, чтобы оставаться здоровым, каковы ваши цели в отношении здоровья и сроки получения необходимой вам помощи.



## Запланируйте свой ежегодный профилактический осмотр (AWV)

Когда вы впервые присоединились к SFHP Care Plus, **вам нужно запланировать ежегодный профилактический осмотр (AWV).** Мы покрываем этот осмотр один раз в 12 месяцев.

AWV — хороший повод познакомиться с вашим PCP. Во время этого посещения вы можете:

- Сообщить дополнительную информацию о своих медицинских потребностях
- Вместе составить план профилактики на основе факторов риска для вашего здоровья
- Получить помощь с продуктами питания, жильем, транспортом и пр.

Для того чтобы назначить AWV, вы можете позвонить вашему PCP. Чтобы найти его номер телефона, посмотрите на лицевую сторону вашей идентификационной карты участника плана. Вы также можете позвонить в Отдел обслуживания участников плана, чтобы записаться на это посещение.



## Получайте помощь в режиме 24/7 в нерабочее время со службой Teladoc

Для получения медицинского обслуживания вы в первую очередь должны обращаться к своему PCP. Если ваш PCP недоступен, вы можете воспользоваться службой Teladoc, чтобы позвонить поставщику медицинских услуг по телефону или видео в режиме 24/7. Вы можете получить помощь при простых, неэкстренных проблемах со здоровьем, таких как:

- Простуда или грипп
- Ломота в суставах и боль
- Проблемы с кожей

Для получения помощи с этими и аналогичными проблемами заходите на сайт [sfhp.org/ru/careplus-teladoc](https://sfhp.org/ru/careplus-teladoc). Нужна помощь, чтобы войти в учетную запись Teladoc?

Позвоните в Teladoc по телефону **1(800) 835-2362**, чтобы получить поддержку и узнать больше.

# Начните экономить с вашей картой безрецептурных препаратов SFHP Care Plus OTC

## Льготы на безрецептурные препараты (OTC)

Каждый квартал (один раз в 3 месяца) в период, когда вы являетесь участником плана SFHP Care Plus, **вы автоматически получаете \$150 на свою карту безрецептурных препаратов SFHP Care Plus OTC**. Например, если вы имеете право на участие в плане в период с января по март, вы получите **\$150** в течение этого трехмесячного периода. Начиная с 1го апреля, ваша карта будет вновь пополнена на **\$150** на период с апреля по июнь.

Эту льготу на безрецептурные товары мы предлагаем вам совместно с компанией *&more*<sup>™\*</sup>. Для получения дополнительной информации об использовании карты, местах покупок и многом другом посетите сайт [andmorehealth.com](http://andmorehealth.com) и зарегистрируйтесь на нем или позвоните по номеру **1(855) 263-6673 (TTY 711)**.

Вы можете использовать карту для безрецептурных товаров SFHP Care Plus OTC, чтобы:

- Приобретать одобренные планом безрецептурные товары, такие как безрецептурные лекарства, повязки и средства для лечения гриппа
- Делать покупки лично или через Интернет в магазинах повседневных товаров, таких как Costco, CVS, Walgreens и других

Вы уже получили по почте или в ближайшее время получите вашу карту безрецептурных товаров SFHP Care Plus OTC и каталог безрецептурных товаров. Следуйте инструкциям по активации карты и начинайте покупки. Стоимость изделий будет покрываться до суммы **\$150** на карте OTC в течение квартала. Неиспользованные средства на следующий квартал не переносятся, поэтому используйте их до истечения срока действия.



\* Предоплаченная карта *&more* Benefits Prepaid Mastercard® выпущена банком Avidia Bank в соответствии с лицензией Mastercard Incorporated. Карта используется в соответствии с условиями Соглашения с держателями карт.

## 3 простых способа делать покупки



### В магазине

Найдите ближайший к вам магазин на сайте **andmorehealth.com** или в мобильном приложении andmore. Чтобы скачать мобильное приложение, найдите “andmore” в App Store или Google Play. В магазине просто оплатите товары своей картой SFHP Care Plus OTC.



### Через Интернет

Заходите на сайт **andmorehealth.com** или в мобильное приложение. Просто добавьте товары прямо из вашего каталога, оформите заказ, и вам доставят их домой.



### По телефону

По телефону *&more* по номеру **1(855) 263-6673** или **711** (TTY). Они помогут вам купить необходимые товары и доставят их на дом.

## Специальные дополнительные льготы для людей с хроническими заболеваниями (SSBCI)

Некоторые участники с хроническими заболеваниями, такими как диабет или сердечная недостаточность, имеют право на дополнительные ежемесячные пособия:

- **\$20 в месяц** на здоровое питание /продукты
- Получите **\$20 в месяц** на аренду или коммунальные услуги (электричество, вода, отопление, возмещение арендной платы и т.д.)

Каждый месяц эти средства будут зачисляться на вашу карту безрецептурных препаратов SFHP Care Plus OTC. Неиспользованные денежные средства не переходят на следующий месяц, поэтому обязательно используйте их каждый месяц. Это отдельные пособия, которые не могут быть объединены. Вы можете использовать эти средства лично или онлайн.

Программа SSBCI также включает в себя 24 немедицинские поездки в одну сторону. Чтобы узнать больше о том, кто имеет право на получение льгот SSBCI, поговорите с вашим PCP или позвоните в Отдел обслуживания участников плана SFHP Care Plus . Вы также можете зайти на сайт **[sfhp.org/ru/careplus-SSBCI](https://sfhp.org/ru/careplus-SSBCI)** для получения дополнительной информации.

Такие льготы являются частью специальной программы дополнительного обслуживания для хронически больных. Не все участники программы имеют право на их получение.



# Быстро получайте необходимые рецептурные лекарства

SFHP Care Plus предлагает широкий выбор препаратов для поддержания вашего здоровья и хорошего самочувствия. Наша цель — упростить получение необходимых вам рецептурных лекарств в те сроки, когда они вам необходимы.

Мы сотрудничаем с MedImpact, чтобы предложить вам льготы на рецептурные лекарства. Зайдите на их веб-сайт, чтобы создать учетную запись и заказывать лекарства по рецепту онлайн: [medimpactdirect.com](https://medimpactdirect.com). Вы также можете позвонить по номеру **1(877) 391-9293**.

SFHP Care Plus предоставляет вам полное страховое покрытие рецептурных лекарств согласно Medicare Part D:

- Вам не нужно доплачивать за предпочтительный непатентованный препарат (уровень 1) и некоторые покрываемые лекарства (уровень 6) для лечения хронических заболеваний, а также не нужно доплачивать за большинство вакцин для взрослых, покрываемых в рамках Part D.
- Получайте рецептурные лекарства в сетевых розничных аптеках или позвоните в службу поддержки клиентов, чтобы вам отправили их по почте (это не распространяется на лекарства уровня 5).
- Если вам необходимо расширенное страховое покрытие лекарств, вы можете получить запас лекарства из расчета на срок до 100 дней в местной аптеке или через заказ по почте.

Каждому покрываемому нами лекарству присвоен один из шести уровней. Уровень — это группа лекарств, относящаяся, в основном, к одному типу. Сумма, которую вы платите за конкретный препарат, зависит от уровня этого лекарства.

Чтобы узнать больше о страховом покрытии рецептурных лекарств, страховых льготах и сетевых аптеках, зайдите на сайт [sfhp.org/ru/careplus-pharmacy](https://sfhp.org/ru/careplus-pharmacy).

Хотите подписаться на доставку рецептурных лекарств по почте? Зайдите на сайт [medimpactdirect.com](https://medimpactdirect.com) и узнайте, с чего начать.



## Субсидия для участников плана с низким доходом (LIS) или дополнительная помощь (Extra Help) в оплате лекарств

Как участник плана SFHP Care Plus вы автоматически участвуете в программе Medicare под названием Low-Income Subsidy (LIS) или Extra Help. Благодаря программе Extra Help вы вносите невысокую доплату за покрываемые страховкой патентованные и непатентованные лекарства. Заходите на сайт [medicare.gov/basics/costs/help/drug-costs](https://www.medicare.gov/basics/costs/help/drug-costs) и узнайте больше о программе дополнительной помощи Extra Help.

Сумма, которую вы заплатите за покрываемые страховкой лекарства в 2026 году зависит от уровня дополнительной помощи, на который вы имеете право, и указана в таблице ниже. Мы отправим вам уведомление, которое подтвердит ваш уровень дополнительной помощи. Кроме того, можно обратиться за помощью в Отдел обслуживания участников.

|                                                                                                                                                      | LIS 1                                                   | LIS 2                                                  | LIS 3 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|
| Уровень 1 – Предпочтительные дженерики                                                                                                               | \$0                                                     | \$0                                                    | \$0   |
| Уровень 2* – Дженерики (непатентованные препараты)                                                                                                   | \$5.10                                                  | \$1.60                                                 | \$0   |
| Уровень 3* – предпочтительные патентованные препараты (включает также некоторые непатентованные препараты)                                           | \$12.65                                                 | \$4.90                                                 | \$0   |
| Уровень 4* – патентованные и непатентованные препараты вне списка предпочтительных                                                                   | \$5.10 дженерики/<br>\$12.65 за патентованные препараты | \$1.60 дженерики/<br>\$4.90 за патентованные препараты | \$0   |
| Уровень 5* – Специализированные препараты (дорогостоящие лекарства, которые требуют особого обращения или тщательного контроля)                      | \$5.10 дженерики/<br>\$12.65 за патентованные препараты | \$1.60 дженерики/<br>\$4.90 за патентованные препараты | \$0   |
| Уровень 6* – Особые медицинские потребности (включает предпочтительные непатентованные лекарства, помогающие контролировать хронические заболевания) | \$0                                                     | \$0                                                    | \$0   |

\*Сверьтесь со Справочником лекарств SFHP Care Plus и узнайте, распространяется ли на ваше лекарство предварительное одобрение, поэтапное лечение или количественное ограничение.

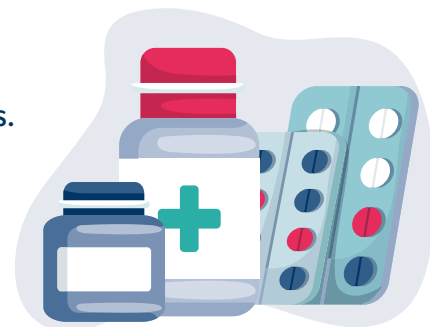
## Найдите нужное лекарство и сэкономьте

Независимо от того, получаете ли вы 30-дневный или 100-дневный запас лекарства, сумма, которую вы платите, будет неизменной. Экономьте больше на рецептурных лекарствах, заказывая запас на длительный срок!

Чтобы найти аптеку рядом с вами, зайдите на сайт [sfhp.org/ru/careplus-pharmacies](https://sfhp.org/ru/careplus-pharmacies).

Найти лекарство в нашем перечне, убедиться, что ваше лекарство покрывается страховкой, узнать его уровень и то, является ли оно патентованным или непатентованным, можно на сайте [sfhp.org/ru/careplus-druglist](https://sfhp.org/ru/careplus-druglist).

Если вам нужна помощь или у вас есть вопросы относительно ваших льгот на рецептурные лекарства, позвоните в Отдел обслуживания участников плана.



# Получите материалы для участников онлайн

Вы можете просмотреть или скачать самые последние материалы SFHP Care Plus онлайн на сайте [sfhp.org/ru/careplus-yourmaterials](https://sfhp.org/ru/careplus-yourmaterials). Вы также можете зайти на Портал участников по адресу [sfhp.org/ru/careplus-portal](https://sfhp.org/ru/careplus-portal).

Материалы для участников плана включают в себя:



**Каталог поставщиков медицинских услуг и аптек** – найдите врачей, специалистов по охране психического здоровья и других специалистов в вашей сети. Вы также можете найти поставщиков в сети плана с помощью инструмента “Найдите доктора” на нашем сайте. Ищите информацию о нашей сети SFHP Care Plus D-SNP.



**Руководство для участников страхового плана** – узнайте больше о вашем страховом покрытии, льготах, ваших правах и обязанностях в качестве участника SFHP Care Plus.



**Перечень покрываемых страховкой лекарств (формуляр)** – Полный перечень препаратов, покрываемых программой SFHP Care Plus, можно найти на веб-сайте [sfhp.org/ru/careplus-druglist](https://sfhp.org/ru/careplus-druglist).

Вам нужна печатная копия этих материалов? Позвоните в Отдел обслуживания участников плана SFHP Care Plus, и мы отправим их вам по почте в течение 3 рабочих дней. Вы можете запросить материалы бесплатно в другом формате, например, напечатанные крупным шрифтом или шрифтом Брайля или в виде аудиозаписи.

Если вам требуется помощь или возникли вопросы, звоните в Отдел обслуживания участников по номеру **1(415) 539-2273, 1(833) 530-7327** (бесплатно) или **711** (TTY), 8:00am–8:00pm. Мы работаем без выходных с октября по март и закрыты в субботу и воскресенье с апреля по сентябрь.



# Важная контактная информация

Мы всегда рядом, чтобы помочь вам быстро получить необходимое лечение и гарантировать уважительное отношение.

**Отдел обслуживания участников SFHP Care Plus** – Мы помогаем вам на вашем языке. Телефон: **1(415) 539-2273, 1(833) 530-7327** (бесплатно) или **711** (TTY), 8:00am–8:00pm. Мы работаем без выходных с октября по март и закрыты в субботу и воскресенье с апреля по сентябрь.



Вы также можете отправить нам письменное обращение или запрос по адресу:

**SFHP Care Plus**  
**PO Box 194247**  
**San Francisco, CA 94119**

**Ваш основной поставщик услуг (PCP)** – имя, адрес и номер телефона вашего PCP указаны на вашей идентификационной карточке участника плана

**Оставайтесь на связи с нами в социальных сетях** – в Instagram (@sfhealthplan) и Facebook (San Francisco Health Plan), чтобы узнать о последних новостях, получить советы по поддержанию здоровья, узнать о предстоящих событиях и многом другом.

**Ресурсы по поддержанию здоровья и хорошего самочувствия** – Мы предлагаем вам множество способов заботиться о своем здоровье.

- **Библиотека материалов о здоровье:** Простые для чтения информационные бюллетени по широкому кругу тем, касающихся здоровья. Просмотреть или скачать образовательные ресурсы по здоровому образу жизни можно на веб-сайте [sfhp.org/ru/health-ed](https://sfhp.org/ru/health-ed).
- **Занятия по здоровью и группы поддержки:** Если вы хотите сохранить активность, справляться с заболеваниями или улучшить состояние своего здоровья, приходите на бесплатные занятия в своем районе. Заходите на сайт [sfhp.org/ru/health-classes](https://sfhp.org/ru/health-classes) или [sfhp.org/support-groups](https://sfhp.org/support-groups) и узнайте, где проходят занятия.
- **Полезные статьи:** Советы по поддержанию здоровья, информация о распространенных заболеваниях и многое другое в наших статьях на сайте [sfhp.org/ru/news](https://sfhp.org/ru/news).





Medicare + Medi-Cal — созданы для вашего удобства.

**[sfhp.org/ru/careplus-getstarted](https://sfhp.org/ru/careplus-getstarted)**

**ТЕЛЕФОН**     **1(415) 539-2273, 1(833) 530-7327** (бесплатно) или **711** (TTY)  
Мы работаем 8:00am–8:00pm, без выходных с октября по март;  
с апреля по сентябрь суббота и воскресенье — выходные дни.

**АДРЕС**     SFHP Care Plus, PO Box 194247, San Francisco, CA 94119

## Следите за нашими новостями в социальных сетях



Facebook  
[@sanfranciscohealthplan](https://www.facebook.com/sanfranciscohealthplan)



YouTube  
[@sanfranciscohealthplan](https://www.youtube.com/sanfranciscohealthplan)



Instagram  
[@sfhealthplan](https://www.instagram.com/sfhealthplan)



Threads  
[@sfhealthplan](https://www.threads.net/@sfhealthplan)