

更多的选择、更好的护理。
这就是我们的 Advantage（优势）。

2024 年

欢迎指南

CareOregon Advantage Plus (HMO-POS D-SNP)

供以下俄勒冈州郡县使用: Clackamas、Columbia、Jackson、
Multnomah、Tillamook 及 Washington

H5859_CO2024_WELC_M



欢迎

我们很高兴有您加入 CareOregon Advantage 大家庭。这份指南中很多信息在您的《2023 年投保证明》中也有。我们只是在这里强调一下您需要了解的最重要的几件事情。

目录

联系我们.....	5
在哪里获得各种护理.....	6
您的会员 ID 卡	7
了解数字化工具.....	7
您的初级保健服务提供者.....	8
激活您的 CareOregon Advantage CareCard 卡	8
处方药承保.....	9
福利亮点摘要.....	11
让您的意见获得倾听.....	15
协调安排护理.....	15
上门身心健康看诊.....	16
Teladoc Health 紧急护理	17
居家支持服务.....	18
全年 全天候个人应急响应系统.....	19
视力福利.....	20
血压监测仪.....	20
Silver&Fit® 健身房会员资格和家庭健身器材	21

送餐计划.....	22
随时选择不要收到营销资料.....	23
您根据 Medicaid 计划获得的福利	24
CareOregon Advantage CareCard 卡	25
如何使用您的 CareCard	26
完成符合条件的健康活动，获得奖励金.....	27
关于 CareCard 的常问问题.....	29
保健方面的物品.....	32
健康食品.....	37
您的在线会员资料.....	39
歧视是违法的.....	41



联系我们

CareOregon Advantage 客户服务部
波特兰都市区：503-416-4279
免费电话：888-712-3258，TTY 专线 711

工作时间

从 10 月 1 日至隔年 3 月 31 日，一周七天早上 8 点到晚上 8 点
4 月 1 日至 9 月 30 日，周一至周五早上 8 点到晚上 8 点

在网上

网站：careoregonadvantage.org

电子邮件

您可以用我们网站上的表格向我们发一份安全电子邮件。请前往
careoregonadvantage.org/contact-us

安全的消息传递

如果您想直接向我们提问，您可以通过我
careoregonadvantage.org/portal 的会员门户网站发给我们
一个安全的消息

进一步了解您的所有福利

如果您想了解关于您的福利的更多详细信息，请看位于
careoregonadvantage.org/materials 网页的 Summary of
Benefits and Evidence of Coverage（福利摘要及承保证据）。
请记住，您的会员资格包括 Medicaid 福利。请参阅第 24 页查看
更多信息。

无论什么时候您有问题想问，我们都很高兴您来联系我们。



在哪里获得各种护理

24/7 全年全天候免费护士咨询电话热线

无法决定要在哪里获得帮助吗？请拨提供 **免费** 护士咨询的电话热线，免费电话号码是 866-209-0905.

初级保健服务提供者

您的初级保健服务提供者（英文简称 PCP）是您要例行就诊和解决大多数健康问题时先去看诊的提供者。如有必要，您的初级保健服务提供者会为您转介去看其他保健服务提供者。

紧急护理：亲自看诊或在家里

当您无法去初级保健服务提供者诊所时，如果有非需急救的情况需要立即获得医疗护理，请前往实体现场看诊的紧急护理机构。您也可以在家用我们的 Teladoc Health 紧急护理福利；您可以通过电话、视频聊天或应用程序全年全天候看医生。请访问 [teladoc.com](https://www.teladoc.com) 网站来建立账户，或打电话给会员支持部门，电话号码是 800-835-2362，TTY 听障语障专线 711.

急救护理

急救护理在美国及其领地的任何地方都承保。

晚上、周末和节假日提供的非正常上班时间的护理

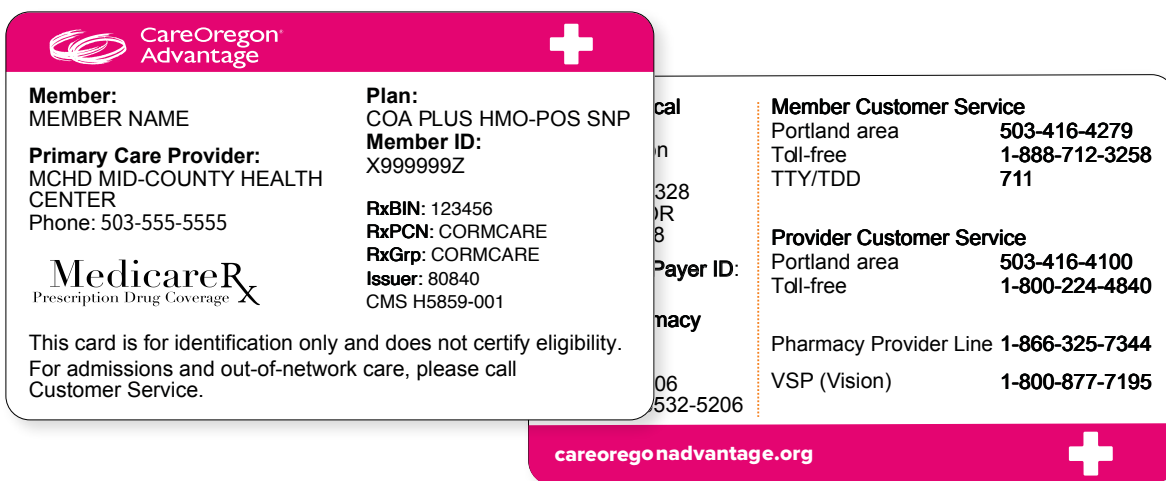
如果您生病了或受伤了并需要帮助，请无论日夜随时拨打您的初级保健服务提供者平时的电话号码。接听您电话的人员将或者联系您的医生或该诊所的其他医生，或者建议您应怎么做。



您的会员 ID 卡

请留意邮件中我们寄给您的 CareOregon Advantage 会员 ID 卡。

您会另外收到邮寄给您的会员 ID 卡。这里面将包含您使用 CareOregon Advantage 福利所需的重要信息。



了解数字化工具

您是否需要帮助来了解网站和手机应用程序如何能帮助您了解您的保健福利？请拨打我们的数字化帮助专线电话号码 833-402-1320，我们将为您提供帮助。



您的初级保健服务提供者

和您的初级保健服务提供者（英文简称 PCP）预约看诊时间。

请尽快选择一个初级保健服务提供者或医疗之家。

如果您已经有一个了，请务必确保他们接受 CareOregon Advantage 计划。

请用我们位于 careoregonadvantage.org/providersearch 网页的提供者名录查找新的提供者



填写时间：
10 分钟



激活您的 CareOregon Advantage CareCard 卡

您会另外收到邮寄给您的 CareCard 卡。请务必在收到卡后立即激活您的卡，用卡来为保健用品、健康食品和牙科服务付费。

您可以通过以下这三种方式之一激活您的 CareCard：

- 在 mybenefitscenter.com 网页建立一个在线账户
- 通过打 833-684-8472 用 Interactive Voice Response (IVR) System（交互式语音应答系统，简称 IVR）来在电话上激活您的卡
- 打电话给 CareOregon Advantage 客户服务部帮您激活您的卡，电话号码是 888-712-3258 或 TTY 专线 711

请参阅第 25 页查看更多关于如何用您的卡的信息。



处方药承保

- CareOregon Advantage 包括您的 D 部分药物承保且无需付每月的保费。某些 D 部分不包括的一些药物（例如，处方药咳嗽糖浆）也有承保。如要查看您的处方药是否有承保，请访问 careoregonadvantage.org/druglist 来浏览我们经批准的药物名单。
- 我们的药物名单中承保的大多数 D 部分药物都没有共付额。
- 您可以免费获得最多 100 天份的维持治疗药物。请询问您的服务提供者。

药房选择

当您需要配处方药时，您在俄勒冈州和在美国国内旅行时都有许多选择。请参阅我们的 Pharmacy Directory（药房名录）或可使用位于 careoregonadvantage.org/providersearch 网页的药房查找工具来查看我们医疗网中的药房名单。

邮购药房

您可以通过我们的一家邮购药房获得最多 100 天份的处方药。

请用在 careoregonadvantage.org/providersearch 网页上的药房查找工具。

- 请从 Type of Provider（提供者类型）的下拉菜单中选择“Pharmacy”（药房）
- 请从 Pharmacy Type（药房类型）的菜单中选择“Mail Order”（邮购）
- 在 Location（地点）方框中，在州一栏选择“--ANY--”（任何州）然后点击“Search”（搜索）按钮来查看全美所有的邮购药房。

药物会放在特别的包装中寄过来

服用多种药物可能会让人难以管理好。CareOregon Advantage 为您提供多种选择，帮助您给药物归类，包括传统的吸塑（泡罩）式包装，或按日期和时间分装到各个盒子中的药物，以便帮助您弄清楚要服用哪些药物以及何时服用。您可能有处方药的共付额，但如果提供这项服务，采用特殊包装提供药品是免费的。请拨 888-712-3258 打电话给客户服务部询问详情。

有会讲非英语语言员工的当地药房

CareOregon Advantage 与有会讲您的首选语言的员工的药房合作。请用我们的药房名录或在 careoregonadvantage.org/providersearch 网页上我们的在线药房查找工具。

- 请从 Type of Provider（提供者类型）的下拉菜单中选择“Pharmacy”（药房）。
- 请从 Pharmacy Type（药房类型）的菜单中选择“No Preference”（无所谓）。
- 请从 Language Spoken（所说语言）的下拉菜单中选择您的首选语言。
- 请点击“Search”（搜索）按钮来查看俄勒冈州所有会说您的语言的药房名单。



福利亮点摘要

CareOregon Advantage 计划为同时既有 Medicare 也有 Medicaid 人士提供。您将获得 Medicare 福利，以及仅为 CareOregon Advantage 会员提供的额外特殊福利，并且您可以去看我们的医疗网内或医疗网外（在特定情况下）的服务提供者。

福利	您付
月费 ¹	\$0
年度自付额	\$0
看医生（在诊所或您家里） ²	
年度体检及/或常规体检	\$0
初级保健或专科医生（在医疗网内或 医疗网外）	\$0
处方药 （30 天份）	
学名药或被视为学名药的品牌药	\$0/\$1.55/\$4.50
品牌药	\$0/\$4.60/\$11.20
处方药 ； D 部分药物和疫苗包含在药物名册（药物清单）上	\$0
糖尿病用品	\$0
化验和 X 光	\$0
门诊手术和服务	\$0
住院治疗	\$0
紧急护理 （在全美范围承保）及 虚拟看诊 （用于非急诊护理）	\$0
急诊室 （在全美范围承保）	\$0
救护车 （在全美范围承保）	\$0

给我们会员的其他福利	您付
居家支持服务（一年最多 90 小时）	\$0
个人应急响应系统（英文简称 PERS） 每周 7 天、一天 24 小时紧急响应及监测	\$0
Teladoc Health 紧急护理；通过电话或视频与医生交谈 每周 7 天、一天 24 小时	\$0
常规眼科检查（每 12 个月一次）	\$0
眼镜或隐形眼镜（每 12 个月一次）；所有基本、渐进和高折射率镜片类别都在承保范围内。	\$0
Silver&Fit® 健身房会员资格和家庭健身器材	\$0
住院后的送餐服务 (每天 2 餐，共 4 周)	\$0
24 小时护士咨询电话热线	\$0

增加了更多额外服务	您可以获得
眼镜或隐形眼镜报销额度 (每 12 个月一次)； 所有基本、渐进和高折射率镜片类别都在承保范围内。	<ul style="list-style-type: none"> · \$175 可花在镜框上 或 · \$100 可花在隐形眼镜上（如果不配眼镜）
CareOregon Advantage CareCard	<ul style="list-style-type: none"> · \$1500 /每年，用于补充牙科服务 · \$1620 /每年（每季度 \$405），用于保健用品及健康食物 · 如果进行符合条件的健康活动，可获得奖励金

为享有 Medicare 及 Medicaid 人士提供的福利（Oregon Health Plan）

下面列出的福利包含在 CareOregon Advantage 中，由您的 Medicaid/ Oregon Health Plan（英文简称 OHP）计划承保。

福利	您付
额外的牙科护理	
检查和 X 光（包括口腔癌筛查）	\$0
洗牙及用氟化物	\$0
补牙	\$0
拔牙	\$0
如果牙医推荐的话，每 10 年一次全口假牙（义齿）和每 5 年一次部分假牙，无论您有多长时间没有牙齿（需要授权）	\$0
调整假牙、更换缺失或损坏的假齿	\$0
针对牙龈疾病进行的深度清洁	\$0
牙科急诊服务	\$0
听力福利	
检查（每 12 个月一次）	\$0
助听器（需要授权，最多每 5 年 2 副助听器）	\$0
助听器电池（每日历年 60 个）	\$0
大小便失禁用品 （成人尿片、一次性使用的内裤/护垫、床垫、手套）	\$0
针灸及整脊护理 （需要授权）	\$0
自然疗法护理	\$0
交通接送 （无限次往返医疗保健看诊的接送）	\$0
看诊时的口译员服务	\$0

如果您针对您的 Medicaid 承保及福利有疑问，请打电话给您的 Medicaid 计划。您也可以打电话给您当地的 Aging and People with Disabilities（长者及残障人士）办公室。您的 Medicaid 计划的会员手册还包括有关您的 Medicaid 福利、费用分摊等方面的信息。

**如果您想进一步了解 CareOregon Advantage，
请打 888-712-3258 免费电话给我们，或拨打 TTY 专线 711.**

我们的工作是从 10 月 1 日至隔年 3 月 31 日，一周七天早上 8 点到晚上 8 点，4 月 1 日至 9 月 30 日，周一至周五上午 8 点至晚上 8 点。请访问我们的网站，网址是 careoregonadvantage.org/plans

¹ 这个 \$40.60 的保费由低收入补助支付。CareOregon Advantage Plus (HMO-POS D-SNP) 计划及其 Oregon Medicaid 附属组织会员的共付额将由 Oregon Health Plan (Medicaid) 承保支付。

² Point-of-Service（服务点）福利仅可用于初级保健医生和专科看诊。每年 \$1,000 的最高福利限额适用于医疗网外的服务提供者看诊。医疗网外/非签约服务提供者没有义务为 CareOregon Advantage Plus HMO-POS D-SNP 会员提供治疗，除非是在紧急情况下。请拨打我们的客户服务部电话号码或查看您的《承保证明》来了解更多信息，包括适用于医疗网外服务的费用分摊。



让您的意见获得倾听

请帮助我们为您提供最好的护理。

- **请务必参与**可能会通过电话或邮件发给您的我们的会员体验调研。
- 有一项调研着重于您的整体体验。另一项则是着重于您去服务提供者那里看诊的情形。您的回答是私密的，且会帮助我们改进为您提供的福利和服务。



填写时间：
15 分钟



协调护理

只需一通电话，我们的护理协调员就可以：

- 了解您的需求并帮您找到合适的解决方案。
- 确保所有服务提供者都在相互沟通。
- 帮助提供额外的服务，包括住房、食物（SNAP 食物券）和交通方面的资源。
- 为您提供合适的用品，包括药物、糖尿病用品、轮椅、氧气瓶等。

请致电客户服务部询问如何与我们的护理协调团队取得联系。



上门身心健康看诊

这种上门身心健康看诊将协助您已在从您的常规服务提供者那里获得的护理。看诊时收集的信息可能会与您的服务提供者共享，帮助您一起管理您的医疗保健。

上门看诊可能包括：

- 检查血压
- 检查药物
- 您有机会针对您担心的健康问题向我们的持照服务提供者提问

请直接联系我们的合作机构。 Signify Health

电话号码是 833-447-7487，周一至周五早上 5 点到下午 5 点。他们将帮助您与服务提供者预约看诊，并安排时间让您在家里舒舒服服地接受他们上门看诊。



填写时间：
10 分钟



Teladoc Health 紧急护理

我们与 Teladoc Health 合作，让您可以一天 24 小时、一周 7 天为非紧急情况联系持证医生。无论您是在家还是在旅行，我们都能帮助您。

用安全的方式联系愿意倾听、会提问并让您更快好起来的医生。

- 通过电话或视频来和医生交谈。
- 免去看紧急护理路上的折腾和在候诊室的等待。
- 一天中的任何时间都可使用 Teladoc Health 看诊，而且都是免费的。

在 Teladoc Health 预先进行注册登记，以便在您感觉不适并希望快点获得医疗保健专业人员的帮助时节省时间。下载 Teladoc Health 移动应用，请访问 teladoc.com 建立账户，或拨打 800-TELADOC (800-835-2362)，或拨打 TTY 专线 711。





居家支持服务

对我们来说，您的情绪和精神健康与您的身体健康同样重要。我们与 Papa ([papa.com](https://www.papa.com)) 合作，提供居家支持服务，帮助您与您的社区大家庭保持联系，且无需额外费用。

使用 Papa Pals 服务，您每年可获得多达 90 小时的家访。Papa Pals 可提供以下方式来协助满足您的需求：

- 帮助您去买菜或帮助准备膳食。
- 帮助您使用科技产品，例如，激活 CareCard 或安排非紧急医疗接送。
- 帮助您了解如何使用通过在线或数码版方式传送的医疗保健信息。
- 帮助您处理简单家务。
- 为您提供陪伴，以及更多。

如要安排您的 Papa Pals 陪伴上门，请拨打 855-485-8832 或访问位于 [papa.com](https://www.papa.com) 的网站。必须提前 72 小时安排预约。





全年全天候个人应急响应系统

我们和 Connect America (connectamerica.com) 合作，为您提供一个免费的个人应急响应系统 (PERS)。



- 这项福利又叫做医疗警报系统，为您提供全天候的紧急救援帮助。
- 无论什么时候，您只要按一下按钮就能获得帮助。
- 如果您摔倒了，这个系统可以帮您联系他人获得帮助。
- 这个系统还能通过追踪您每天行走的步数来帮助让您身体更健康。

如果您想要得到您的个人应急响应系统，请拨打 877-909-4601 来和一位个人应急响应系统 (PERS) 代理谈谈，或访问 Connect America 的网站，地址是 connectamerica.com



填写时间：
15 分钟



视力福利

在 CareOregon Advantage，您的视力对我们非常重要！

- 您可以每 12 个月做一次免费的常规视力检查。
- 我们承保眼镜和隐形眼镜！基本款镜片 \$0，包括升级到渐进式和高折射率镜片。
- 外加每 12 个月有 \$175 可用于镜框或 \$100 用于隐形眼镜。



血压监测设备

如果您被诊断患有高血压，并在过去 12 个月内曾看诊或服用治疗高血压的药物，则您有资格获得免费的血压监测设备。我们的合作伙伴 Nations OTC 将与您联系，并提供有关如何订购设备的信息。请注意：您可以每 24 个月（两年）拿到一台新的血压计。



Silver & Fit 健身房会员资格和家庭健身器材

作为一名 CareOregon Advantage 会员，您可以：

- 享受按需点播的体能训练视频和个性化体能训练计划，帮助您在家开始固定的健身计划。
- 从全美数千所参与该计划的健身中心中进行选择，并可同时报名参加多所健身中心。
- 与经认证的健康教练合作，这位教练将通过安排好时间的电话、视频或聊天这些方式进行的训练期间帮助实现您在健身、营养和生活方式方面的各项目标。
- 每年可获得一套免费的家庭健身器材；您可选择 Fitbit® 或 Garmin® 可穿戴式健身追踪器、皮拉提运动器材套装、力量训练器材套装、游泳器材套装、瑜伽器材套装等。

如要登记加入：请前往 silverandfit.com 并点击“check eligibility”（查看资格）。输入您的个人信息并提交。

如果想要获得一套家庭健身器材：请前往 silverandfit.com 登入您的账户。

请从仪表板屏幕中选择“explore home kits”（浏览家庭健身器材套装）。一旦选中了一套器材，您必须同意遵守条款及条件并确认。

如要选择一家健身房：在“Fitness Center Network”（健身中心网络）搜索栏中输入您的查询参数、然后选择您想要的健身中心、接受条款和条件、加入购物车、然后点击“confirm”（确认）来完成登记。

您可以在 silverandfit.com 网站了解更多信息，或打电话给他们，电话号码是 877-427-4788，TTY 专线电话 711。



填写时间：
15 分钟



送餐计划

当您在医院、康复中心或熟练护理机构住院再出院后，您有资格从 Mom' s Meals（妈妈爱心餐）获得最多四周送餐到家（最多 56 餐或每天两餐）。请打电话给客户服务部来索取更多信息。

您也可以使用您的 CareCard 卡在 mybenefitscenter.com 网站购买 Mom' s Meals（妈妈爱心餐）。这些餐食可以针对特定饮食需求定制，包括考虑到食物过敏、有益糖尿病患者和保护心脏健康的膳食。



填写时间：
10 分钟



随时选择不要收到营销资料

您有权选择不要收到非必需的业务/营销信息通讯。您仍会收到必要的资料。

如不想再收到业务通讯，请联系 CareOregon Advantage 客户服务部：

打电话：

503-416-4279 或拨免费电话 888-712-3258，或 TTY 专线 711

办公时间：

从 10 月 1 日至隔年 3 月 31 日，一周七天早上 8 点到晚上 8 点



您根据 Medicaid 计划获得的福利

作为一名 CareOregon Advantage 计划的成员，您有“双重资格”可同时享受 Medicare 及 Medicaid (Oregon Health Plan) 福利，并且这两个计划可以一起合作满足您在医疗保健方面的需求。您的 Evidence of Coverage（《承保证明》）中第四章列出了 CareOregon Advantage 的各项福利。这份福利表显示了承保内容、所有限制或除外情形、以及所有服务费用。

Medicaid 有时会承保 Medicare 不承保的福利。这些福利可能包括：

- 帮助往返保健看诊及服务的接送选项
- 包括年检、洗牙、假牙等在内的牙科服务
- 包括如针灸和整脊服务在内 Medicare 不承保的另类疗法
- 助听器设备及电池
- 您的服务提供者为您开的非处方药
- 家庭规划（计划生育）服务
- 用于大小便失禁的用品

请向您的 Medicaid 计划查询他们承保哪些福利。您也可以打电话给我们的客户服务部。我们想帮助您充分利用 Medicaid 以及 Medicare 两个计划为您提供的所有福利，因此如果有任何疑问请尽管打电话给我们。



CareOregon Advantage CareCard

- 获得每年 \$1620 /（每季度 \$405），用于合格的保健用品及健康食物。
- 每个季度这些金额会自动加到您的卡中。
- 未用完的金额不会结转到下一季度，因此请务必把钱用掉！



我可以购买哪些东西？

超过 90,000 种合格物品在承保范围内，如感冒和流感护理、舒缓疼痛用品、以及食品杂货（如肉类和水果蔬菜）。

我可以在哪里用我的卡？

您可以在像以下这些以及更多零售商那里使用您的 CareCard：

Fred Meyer



Albertsons

FarmboxRx

Walmart

SAFWAY

DOLLAR GENERAL

Walgreens

通过 Medline 无需支付额外费用即可让合格物品配送到您家中。

补充牙科福利

- 您的 CareCard 预充了 \$1,500，用于 Medicare 或 Medicaid 不承保 或只是部分承保的牙科服务，例如，牙冠、根管治疗、夜间防护牙套等。不承保美齿服务。



如何使用您的 CareCard

1) 激活您的卡

我们会把您预先充值的 CareCard 邮寄给您。拿到卡后，请拨打免费电话 833-684-8472 把卡激活。您需要输入您的卡号及您的出生日期（月月/日日/年年），例如，07/01/50。

2) 在牙医或药房或杂货店用您的卡。

您的 CareCard 卡可在牙医诊所、许多药房和零售店使用。如要查看参加这项计划的零售商的完整名单，请前往 mybenefitscenter.com 或使用 OTC Network 移动应用。请带着您已激活的卡去参加这项计划的零售商。在用完 CareCard 的牙科服务金额前，请务必先使用您的 Medicaid 和 Medicare 牙科福利。

3) 选择您要买的保健类用品及健康食物。

在第 32-38 页上有您可以用卡购买的物品清单。您也可以可以在 mybenefitscenter.com 网站上或用 OTC Network 移动应用来找到参加这项计划的零售商的完整名单。

4) 在收银机上把您的卡当做信用卡为您购买的物品刷卡付钱

把您购买的物品拿去结帐处。您无需去药房窗口。需要付款时，请在读卡器中把您的卡当做信用卡来刷卡。您获批准的购买金额将自动从您的卡中扣除。注：当读卡器问您想如何用您的卡时，您必须选择“信用卡”。如果您回答“借记卡”，这张卡就无法使用。



完成符合条件的健康活动， 获得奖励金

只要为保护您的健康腾出一些时间，就可每年在您的 CareCard 卡上获得额外充值。

只需完成符合条件的与保健相关的活动，例如，年度体检和健康筛检，或参加符合条件的健康计划。所有与保健相关的活动都必须在 12 月 31 日截止前完成，才能有资格获得奖励。这些金额不会过期作废。

我要如何赢得奖励？

完成在以下这份清单中的一项与保健相关的活动，其他就交给我们！您无需寄任何表格或打电话给我们。

您的奖励通常会在您完成保健相关的活动约一个月后充值到您的 CareCard 中。您可以在 OTC Network 应用程序上或在 mybenefitscenter.com, 网站上、或拨打 833-684-8472 来查看您的奖励余额。

给所有人的奖励

在药房或您的服务提供者那里打流感针	\$25
在您的服务提供者那里完成年度体检或类似的看诊	\$50
通过填写书面表格、在线表格或通过电话与 CareOregon Advantage 代表交谈来完成一份健康风险评估	\$25

因完成您的服务提供者建议的服务而获得的奖励

做乳房 X 光检查	\$50
做结直肠癌筛查	\$50

奖励服用某些药物来管理心脏健康或治疗高血压的会员

如果您在服用 ACE 抑制剂或血管紧张素受体拮抗剂（例如，赖诺普利或氯沙坦），请和一名药剂师一起完成 检视药物	每次通话 \$25，最多 \$50
至少完成一次药物检视，并经常拿药，做到至少 80% 该服药的时间您都有药。	\$50

为参加 Medication Therapy Management（药物治疗管理，英文简称 MTM）计划的会员提供的奖励

与一名药剂师完成全面的药物检视	\$50
-----------------	------

给被诊断患有糖尿病的会员的奖励

完成一次糖尿病眼科检查	\$25
完成一次糖尿病肾脏检查	\$25
完成一次 A1c（糖化血红蛋白）检查	\$25
赢得这三个与糖尿病相关的奖励	\$50



关于 CareCard 的常见问题

问：我的 CareCard 卡怎么个用法？

答：您应该会收到寄来的 CareCard 卡。如果在您的保险承保开始后 10 天内还未收到，请拨打免费电话 888-712-3258 或 TTY 专线 711 给客户服务部。

- 未用完的健康食品金额在每个季度结束时将作废，不会结转到下个季度。只要您是我们计划的会员，在每个季度的第一天时都会有 \$405 充值到您的卡上。
- 给您的 \$1,500 牙科服务金额可全年使用。
- 您因完成与保健相关的活动而赚取的奖励金额全年都可使用。这些金额不会过期作废。
- 这些奖励通常是在您完成一项与保健相关的活动约 30 天后充值到您的卡中。

问：我是否每个季度都会收到一张新卡？

答：不会。我们寄给您的那张卡是可重复使用的。只要您一直都是 CareOregon Advantage 计划的会员，每季度第一天时这张卡都会自动重新充值。

问：我可以在哪里用我的卡？

答：您的 CareCard 卡可在许多药房和零售店使用。如要查看参加这项计划的零售商的完整名单，请前往 mybenefitscenter.com 网站，然后用您的卡号登入。或者用 OTC Network 的移动应用程序。

您也可以通过 mybenefitscenter.com 网站从 walmart.com 购买物品。

问：我要怎样查看我卡上的余额？

答：有两种简单的查看方式：

1. 前往 mybenefitscenter.com 网站，然后用您的卡号登入。
2. 您可以在谷歌的 Google Play 或苹果应用程序店通过搜索“OTC Network”来下载 OTC 网络应用程序。

问：我可以用我的卡买些什么？

答：在您的牙医诊所，承保的服务包括根管治疗、牙冠、夜间防护牙套等。在药房和杂货店，可购买 90,000 多种符合条件的承保商品。请参阅第 32-38 查看详情。

问：我可以用我的卡购买零售商自有品牌和名牌产品吗？

答：可以。这两类产品您都可以用您的卡来购买。

问：如果我需要帮助，要如何获得帮助？

答：有几种方式可获得帮助：

- 前往 mybenefitscenter.com 网站，然后用您的卡号及出生日期登入。
- 访问 careoregonadvantage.org 网站
- 拨 888-712-3258 免费电话或 TTY 专线 711 打电话给我们的客户服务部。

问：我可以让人把物品派送到我家吗？

答：是的，您可以这么做！

1. 请用 Medline 在网上下单或在网上通过电话下单。您会需要您的 CareCard 卡号。

- > 在线：athome.medline.com/card
- > 通过电话：从周一至周五早上 5 点到下午 5 点间请拨打 833-569-2330 或 TTY 专线 711。
您将在订单处理完后两个工作日内收到您下单购买的物品。

2. 用 Farmbox Rx 购买新鲜食品，派送到府。您会需要您的 CareCard 卡号。

- > 如要在网上下单，请访问：farmboxrx.com/careoregonadvantage
- > 如要在电话上下单：一周七天早上 7 点到下午 3 点间请拨打 888-416-3589 或 TTY 专线 711。

问：如果在结账时有件物品被拒付怎么办？

答：如果有件理应承保的物品在结账时被拒付，请打 888-712-3258 免费电话给我们，或拨打 TTY 专线 711，告知该物品的 UPC 码及描述。如果可以的话，请把该物品的条码拍张照片下来。如果这件物品理应承保，我们会要求针对这件物品进行信息更新，以便供日后购买。请注意，诸如蔬菜水果类的物品可能因季节及货源差异而改变。这可能意味着商店在更新 UPC 码时可能会有延迟现象。

问：我可以退还物品吗？

答：可以。退货需遵守零售商的相关政策。退货金额将返还到您的 CareCard 卡上，并且加到当月的余额中去。不允许给现金退款。

问：为什么我的物品没有承保？

答：这取决于下列因素：

- 您的卡中没有结余了。
- 这件物品不符合购买条件。
- 这件物品可能理应承保，但需要在我们的商品型录中更新。请拨打 888-712-3258 免费电话给我们的客户服务部并告知该物品的 UPC 码及描述，我们可以帮助您。
- 您已不再是我们计划的会员

问：承保哪些物品？

保健方面的物品

☑ 个人护理

- » 棉签
- » 凡士林和防护霜（隔离霜）

☑ 感冒和过敏

- » 过敏药*⁺
- » 为防止哮喘做的准备*
- » 治疗咳嗽、感冒和流感的药物*⁺
- » 抗鼻塞（减充血剂）鼻喷雾、滴剂和吸入器
- » 药用唇部护理
- » 鼻腔保湿剂和清洗剂

- » 鼻贴、鼻窦扩张器和止鼾用品
- » 雾化产品、雾化器（包括无水型）、加湿器及配件

☑ 压力支持产品

- » 医用压力袜（弹力袜）和医用压力连裤袜

☑ 糖尿病护理产品

- » 酒精棉签和湿巾*⁺
- » 糖尿病护理配件，如刺针和血糖检测设备*⁺
- » 与糖尿病相关的咳嗽、感冒及过敏

- » 与糖尿病相关的神经病变和皮肤护理*
- » 与糖尿病相关的营养棒、糖果、营养液
- » 与糖尿病相关的膳食补充剂*
- » 葡萄糖片、凝胶等*
- » 尿液测试条、片*†

☑ 消化健康

- » 酸控制剂、抗酸液、片剂及胶囊†
- » 止泻液、片剂及胶囊*†
- » 缓解胀气*
- » 腹泻后口服补液疗法
- » 有益消化健康的益生元和益生菌、消化酶
- » 灌肠剂、泻药栓剂/套件、泻药液和软便剂*†
- » 纤维素产品*†
- » 痔疮治疗、湿巾和冲洗剂
- » 乳糖不耐受*
- » 针对多种症状的产品*
- » 恶心和晕车（晕船、晕机）*

☑ 耳部护理

- » 滴耳液及注射器
- » 助听器、个人扩音设备和配件*
- » 脂类黄酮（耳鸣）

☑ 眼部护理

- » 舒缓干眼
- » 洗眼液
- » 老花眼镜或放大镜
- » 隐形眼镜护理液和清洁剂

☑ 家庭规划（计划生育）

- » 紧急避孕药具
- » 女性避孕套及杀精剂
- » 男性避孕套†

☑ 女性护理

- » 女性抗真菌药†
- » 卫生棉条、卫生护垫、月经杯

☑ 急救用品

- » 粘合剂和液体绷带、包扎用品
- » 止痒治疗
- » 抗寄生虫药（除虱治疗和辅助物品、蛲虫和皮癣治疗）†
- » 防腐剂（外用酒精、双氧水、碘伏）
- » 针对接触植物的护理
- » 指套和夹板
- » 急救包、急救胶带
- » 面罩（呼吸口罩、防护面罩等）
- » 各种伤口护理和皮肤舒缓产品（包括金缕梅液）
- » 防护手套
- » 皮肤保护剂（包括凡士林）
- » 手术绷带和敷料†
- » 外用抗生素和抗菌药物
- » 伤口清洁剂
- » 伤口、烧伤、和皮肤舒缓产品（包括泻盐、
- » 疤痕治疗）

☑ 足部护理

- » 抗真菌粉剂、霜、液及喷雾⁺
- » 鸡眼、老茧和拇囊炎（拇趾外翻）缓冲垫
- » 鸡眼、老茧和疣（瘰子）去除剂
- » 舒缓足部疼痛
- » 后跟垫和足弓支撑垫
- » 灰指甲（甲癣）治疗
- » 足底筋膜炎治疗产品

☑ 保健辅助产品

- » 踝部和足部、手部和腕部、肘部和手臂、腹部、大腿/小腿/胫骨、肩部和锁骨、疝气、膝盖护具
- » 手臂吊带和颈托
- » 弹性绷带
- » 电热垫
- » 热敷/冷敷治疗
- » 关节保暖用品和关节炎
- » 肌内效贴布（运动胶带）、护具和用品
- » 护罩
- » 肋骨固定带
- » 骶骨和腰部支架

☑ 健康诊断/日常生活辅助用品

- » 沐浴和口腔卫生、饮食、梳洗、穿衣辅助用品
- » 血压器具套装及配件*⁺
- » 胆固醇测定仪和检测试剂盒*
- » 药物和酒精测试*
- » 结肠癌居家检测包*⁺
- » 新冠病毒居家检测包*

- » 药品定量给料器、药盒、收纳器和提醒设备
- » 移动安全：楼梯扶手、楼梯防滑条、临时轮椅坡道
- » 夜灯
- » 脉搏血氧仪和心率监测器*
- » 伸展器、抓取器和升降机
- » 协助阅读、写字和打电话的辅助器具
- » 听诊器及配件*
- » 体温计、温度计贴条及配件

☑ 居家保健护理

- » 浴缸安全及配件、马桶扶手、马桶架
- » 给视障人士用的手杖（导盲棍）*
- » 加高马桶座和配件
- » 防滑扶手和把手
- » 洗手液和消毒剂
- » 手持式淋浴头
- » 坐浴盆和坐浴器（冲洗器）
- » 楔形靠垫和枕头

☑ 家庭用品

- » 卫生纸湿巾
- » 洗碗精
- » 垃圾袋
- » 洗衣皂
- » 纸巾

☑ 大小便失禁

- » 除臭剂
- » 一次性护垫、护罩、保护套和滴尿收集器

- » 会阴部清洁剂、清洗剂、湿巾、擦拭布、保湿剂、隔离剂（尿疹膏）和保护剂、抗真菌剂
- » 可重复使用/一次性使用的衣物、隔尿垫*†

☑ 口腔护理

- » 护牙口香糖
- » 假牙粘合剂、清洁剂、配件
- » 口腔干燥（口干症）产品*
- » 牙线和冲牙器
- » 氟化物治疗
- » 牙龈护理
- » 夜间防护牙套及防磨牙牙套
- » 舒缓口腔疼痛及口腔溃疡*
- » 牙刷（包括手动牙刷、电动牙刷、可充电式牙刷和可换牙刷头）
- » 牙膏（包括防敏牙膏、美白牙膏、洁牙粉）

☑ 舒缓疼痛

- » 成人用对乙酰氨基酚*†
- » 成人用阿司匹林及复方药*†
- » 成人用布洛芬及其他消炎药*†
- » 成人用夜间舒缓疼痛用品*
- » 外用肌肉/关节止痛霜、软膏、凝胶、乳液、液体、滚抹式止痛方剂、喷雾、膏药和贴片*
- » 女性舒缓疼痛用品*
- » 助眠和镇静剂*
- » 经皮神经电刺激（TENS）镇痛仪及更换用垫

☑ 帮助病人保持皮肤健康的用品

- » 抗真菌药†
- » 乳液、隔离剂和保护剂

☑ 健身/ 锻炼器材

- » 平衡练习器材（球、板等）
- » 强化心脏（有氧踏板操、跳绳）
- » 泡沫按摩滚筒/按摩设备
- » 各种健身（包括瑜伽/健身垫）
- » 计步器和健身追踪器
- » 体重计（包括体脂分析仪）*
- » 力量/转动范围（拉带、手部锻炼等）
- » 举重器材

☑ 皮肤护理

- » 痤疮（青春痘）收敛水、爽肤水、面霜、凝胶、乳液、贴剂、肥皂和清洁剂
- » 驱虫剂
- » 免洗手部清洁消毒液

☑ 戒烟产品

- » 尼古丁口香糖和含片*†
- » 尼古丁贴片*†

☑ 防晒护理

- » 混合型/各种防晒
- » 运动防晒
- » 防晒（防晒系数 SPF 50 及更低）

☑ 维生素/膳食补充剂

- » 钙质*⁺
- » 儿童矿物质及维生素*
- » 结肠清洁和排毒（非用于减肥）
- » 仅限辅酶 Q10（CoQ10，UBIQUINOL 泛醇）
- » 酶、氨基酸和激素
- » 视力健康维生素*
- » 针对一般健康的益生元和益生菌
- » 有益心脏健康及必要的脂肪酸（鱼油⁺、亚麻籽、GLA γ -次亚麻油酸等）
- » 铁剂*⁺
- » 关节健康
- » 绝经期辅助产品（大豆）
- » 维生素（多种维生素、多种矿物质、产前维生素）*⁺

健康食品

☑ 食品和饮料

- » 烘焙/烹饪用品（泡打粉、酵母等）
- » 瓶装水
- » 面包、小面包卷和玉米饼
- » 早餐食品（放在烤面包机中的糕点、谷物棒、燕麦片和燕麦棒）
- » 罐装肉类
- » 罐装海鲜
- » 罐装/罐瓶装水果和蔬菜（包括莎莎酱和非加工豆类）
- » 麦片、煎饼和华夫饼（格子松饼）
- » 可可、咖啡和茶（干的或液状的）
- » 调味品、酱汁、蘸酱、美乃滋（蛋黄酱）和沙拉酱
- » 薄脆饼干
- » 乳制品（牛奶、干酪、黄油、酸奶油和搅奶油（搅打奶油））
- » 干果、水果零食
- » 干式和液状/浓缩混合饮料
- » 干豆和意大利面
- » 加料水
- » 面粉、玉米粉、坚果和种子粉、面包/软烤饼混合料
- » 冷冻食品（水果、蔬菜、肉类、海鲜、果汁、预制食品）
- » 香料植物、香料和调味料
- » 冰

- » 果酱、果冻、甜酱、糖浆
- » 果汁、混合果汁、饮料和混合饮料（含气泡饮料）
- » 人造黄油
- » 肉类（家禽、牛肉、香肠、肉干、午餐肉）
- » 坚果、种子和什锦干果零食
- » 植物油和起酥油
- » 花生酱（和其他坚果酱）
- » 预制食品（罐装炖菜、加热即可食用的食品）
- » 农产品（水果和蔬菜）
- » 米和全谷物
- » 海鲜
- » 浓汤
- » 豆奶及其他坚果奶
- » 苏打水（气泡水）
- » 运动饮料-佳得乐（Gatorade）及其他
- » 糖-白糖、红糖、绵白糖（糖粉）
- » 番茄酱/意大利面红酱/阿尔弗雷多白酱/营养丰富的酱汁
- » 全蛋和蛋代用品
- » 酸奶

☑ 体重管理/ 营养食品

- » 利尿剂*
- » 食品秤*
- » 一般健康用口服补液疗法
- » 营养棒、营养液和营养粉
- » 运动/能量棒、液体、粉剂、片剂及胶囊
- » 糖和盐替代品
- » 增稠剂和预加增稠饮料/食品*
- » 减重、清肠和排毒*
- » 体重管理食物棒
- » 体重管理食品、体重管理液和体重管理粉
- » 体重管理片剂及胶囊*

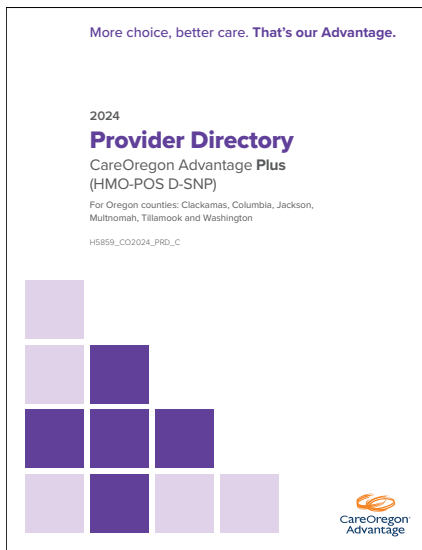
* **起双重作用的物品。**这些是您只能根据医生建议购买的产品或药品。

† 这些类别中的某些物品可能会由您的 Medicare 或 Medicaid 承保。如果某件物品由您的 Medicare 或 Medicaid 承保, 您不应用您的 CareCard 来购买, 因为这件物品由另一种保险承保, 且不是您的补充 OTC 福利的一部分。例如, 如果在根据处方注射胰岛素时使用纱布, 纱布可能会由 D 部分承保。或根据处方服用的非处方氯雷他定可能可以由 Medicaid 承保。在这些情况下, 您应在药房柜台出示您的处方及 CareOregon Advantage 会员 ID 卡。



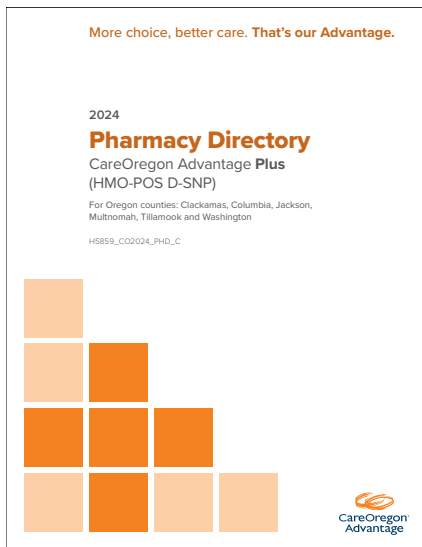
您的在线会员资料

从 10 月 15 日开始，您可以在线查阅 2024 年 CareOregon Advantage 的药房名录、提供者名录、药物清单（药物名册）和承保证明供您参考。



提供者名录： 每天更新查找医生、专科医生、设备供应商等。

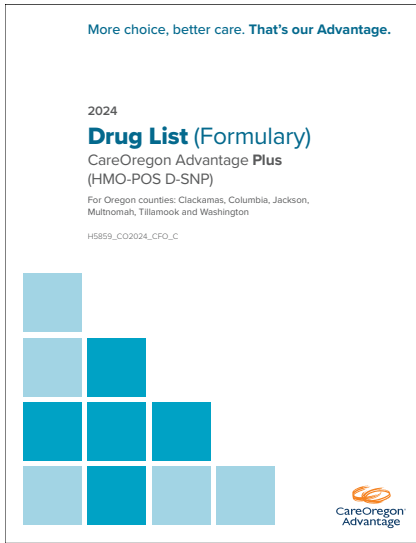
请前往 careoregonadvantage.org/providersearch



药房名录： 找到一家为您配处方药的地方。

请前往 careoregonadvantage.org/pharmacy

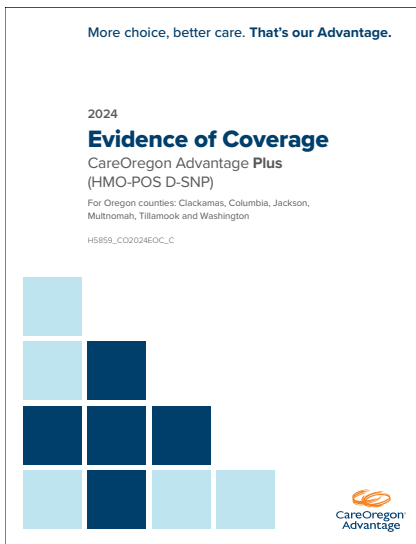




药物清单（药物名册）：每月更新。请来查看我们承保哪些处方药。

请前往

careoregonadvantage.org/druglist



承保证明：关于您计划的所有信息。

请前往

careoregonadvantage.org/materials



索取纸质副本

您还可以打电话或写电子邮件给我们，请求寄给您以上列出的任何书籍的纸质副本。您可以拨 503-416 4279、888-712-3258 免费电话或 TTY 专线 711 打电话给我们的客户服务部。我们的电子邮件地址是 medicareenrollmentservices@careoregon.org

歧视是违法的

CareOregon Advantage 遵守适用的联邦民权法，不因种族、肤色、祖籍何国、年龄、残障或性别而加以歧视。CareOregon Advantage 不因种族、肤色、祖籍何国、年龄、残疾、性别、宗教、性别认同、性取向或婚姻状况而拒绝服务某些人或其区别对待。

CareOregon Advantage:

- 为残疾人提供免费协助及服务，以便他们能与我们顺利沟通，如：
 - > 合格的手语翻译
 - > 用其他格式提供的书面信息（大字版、语音版、方便使用的电子版、其他格式）
- 为母语非英文者提供免费语言服务，例如：
 - > 合格的口译员
 - > 其他语种版的书面信息

如果您需要这些服务，请联系 CareOregon Advantage 客户服务部。如果您认为 CareOregon Advantage 因种族、肤色、祖籍何国、年龄、残疾或性别而未提供这些服务或以其他方式进行了歧视行为，您可以向以下机构申诉：

Grievance Coordinator

315 SW Fifth Ave

Portland, OR 97204

免费电话：888-712-3258

TTY 听障语障者专线：711

传真：503-416-1313

电子邮件：customerservice@careoregon.org

您可以亲自或通过邮件、传真或电子邮件来进行申诉。

如果您需要有人帮助您进行申诉，客户服务部可以帮助您。您也可以用电子的方式通过 Office for Civil Rights Complaint Portal（公民权利投诉办公室门户网站）向 U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights（美国卫生与公共服务部民权办公室）提出投诉，网址是 ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf，或用以下方式写信或打电话：

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

您可以在 link.careoregon.org/ocr-complaint-form 网页找到投诉表

English: We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at 888-712-3258. Someone who speaks English Language can help you. This is a free service.

Spanish: Tenemos servicios de intérprete sin costo alguno para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para hablar con un intérprete, por favor llame al 888-712-3258. Alguien que hable español le podrá ayudar. Este es un servicio gratuito.

Chinese Mandarin: 我们提供免费的翻译服务，帮助您解答关于健康或药物保险的任何疑问。如果您需要此翻译服务，请致电 888-712-3258。我们的中文工作人员很乐意帮助您。这是一项免费服务。

Chinese Cantonese: 您對我們的健康或藥物保險可能存有疑問，為此我們提供免費的翻譯服務。如需翻譯服務，請致電 888-712-3258。我們講中文的人員將樂意為您提供幫助。這是一項免費服務。

Tagalog: Mayroon kaming libreng serbisyo sa pagsasaling-wika upang masagot ang anumang mga katanungan ninyo hinggil sa aming planong pangkalusugan o panggagamot. Upang makakuha ng tagasaling-wika, tawagan lamang kami sa 888-712-3258. Maaari kayong tulungan ng isang nakakapagsalita ng Tagalog. Ito ay libreng serbisyo.

French: Nous proposons des services gratuits d'interprétation pour répondre à toutes vos questions relatives à notre régime de santé ou d'assurance-médicaments. Pour accéder au service d'interprétation, il vous suffit de nous appeler au 888-712-3258. Un interlocuteur parlant Français pourra vous aider. Ce service est gratuit.

German: Unser kostenloser Dolmetscherservice beantwortet Ihren Fragen zu unserem Gesundheits- und Arzneimittelplan. Unsere Dolmetscher erreichen Sie unter 888-712-3258. Man wird Ihnen dort auf Deutsch weiterhelfen. Dieser Service ist kostenlos.

Korean: 당사는 의료 보험 또는 약품 보험에 관한 질문에 대해 드리고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하려면 전화 888-712-3258번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담당자가 도와 드릴 것입니다. 이 서비스는 무료로 운영됩니다.

Russian: Если у вас возникнут вопросы относительно страхового или медикаментного плана, вы можете воспользоваться нашими бесплатными услугами переводчиков. Чтобы воспользоваться услугами переводчика, позвоните нам по телефону 888-712-3258. Вам окажет помощь сотрудник, который говорит по-русски. Данная услуга бесплатная.

Italian: È disponibile un servizio di interpretariato gratuito per rispondere a eventuali domande sul nostro piano sanitario e farmaceutico. Per un interprete, contattare il numero 888-712-3258. Un nostro incaricato che parla Italiano fornirà l'assistenza necessaria. È un servizio gratuito.

Portuguese: Dispomos de serviços de interpretação gratuitos para responder a qualquer questão que tenha acerca do nosso plano de saúde ou de medicação. Para obter um intérprete, contacte-nos através do número 888-712-3258. Irá encontrar alguém que fale o idioma Português para o ajudar. Este serviço é gratuito.

French Creole: Nou genyen sèvis entèprèt gratis pou reponn tout kesyon ou ta genyen konsènan plan medikal oswa dwòg nou an. Pou jwenn yon entèprèt, jis rele nou nan 888-712-3258. Yon moun ki pale Kreyòl kapab ede w. Sa a se yon sèvis ki gratis.

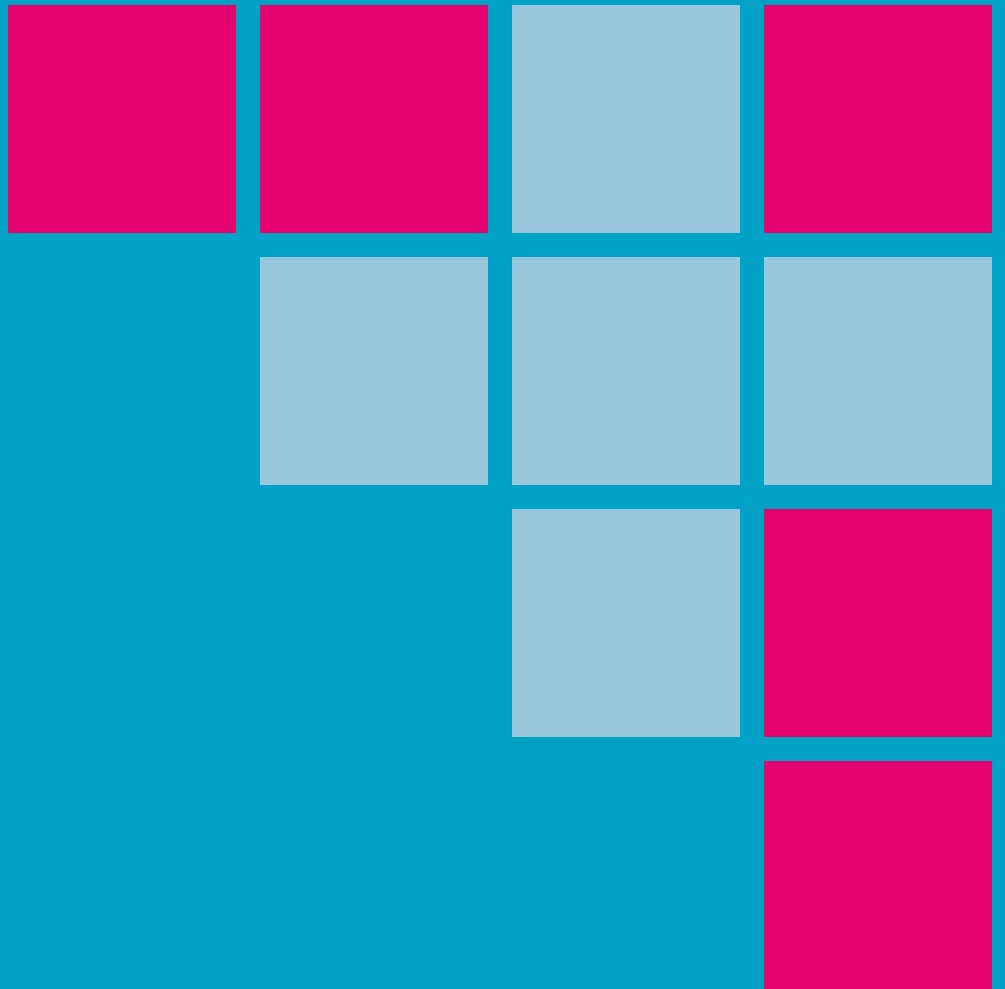
Polish: Umożliwiamy bezpłatne skorzystanie z usług tłumacza ustnego, który pomoże w uzyskaniu odpowiedzi na temat planu zdrowotnego lub dawkowania leków. Aby skorzystać z pomocy tłumacza znającego język polski, należy zadzwonić pod numer 888-712-3258. Ta usługa jest bezpłatna.

Japanese: 当社の健康 健康保険と薬品 処方薬プランに関するご質問にお答えするために、無料の通訳サービスがあります。通訳をご用命になるには、888-712-3258にお電話ください。日本語を話す人者が支援いたします。これは無料のサービスです。

Vietnamese: Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời các câu hỏi về chương sức khỏe và chương trình thuốc men. Nếu quý vị cần thông dịch viên xin gọi 888-712-3258 sẽ có nhân viên nói tiếng Việt giúp đỡ quý vị. Đây là dịch vụ miễn phí.

Arabic: إننا نقدم خدمات المترجم الفوري المجانية للإجابة عن أي أسئلة تتعلق بالصحة أو جدول الأدوية لدينا. للحصول على مترجم فوري، ليس عليك سوى الاتصال بنا على 888-712-3258. سيقوم شخص ما يتحدث العربية بمساعدتك. هذه خدمة مجانية.

Hindi: हमारे स्वास्थ्य या दवा की योजना के बारे में आपके किसी भी प्रश्न के जवाब देने के लिए हमारे पास मुफ्त दुभाषिया सेवाएँ उपलब्ध हैं. एक दुभाषिया प्राप्त करने के लिए, बस हमें 888-712-3258 पर फोन करें. कोई व्यक्ति जो हिन्दी बोलता है आपकी मदद कर सकता है. यह एक मुफ्त सेवा है.



CareOregon Advantage 客户服务部

打电话：503-416-4279，或免费电话 888-712-3258，TTY 听障语障专线 711

工作时间：

从 10 月 1 日至隔年 3 月 31 日，一周七天早上 8 点到晚上 8 点
4 月 1 日至 9 月 30 日，周一至周五早上 8 点至晚上 8 点

CareOregon Advantage Plus 是一个有 Medicare/Medicaid 合约的 HMO-POS D-SNP 计划。登记投保 CareOregon Advantage Plus 取决于合同是否续约。“更多的选择、更好的护理”是指与 2023 年的计划相比，2024 年我们有范围更大的药房和提供者网络。

H5859_CO2024_WELC_M



facebook.com/careoregon

twitter.com/careoregon

careoregonadvantage.org

COA-23520756-SC-1205

