

Больше возможностей выбора, лучшее обслуживание.  
В этом наше преимущество

2025 год

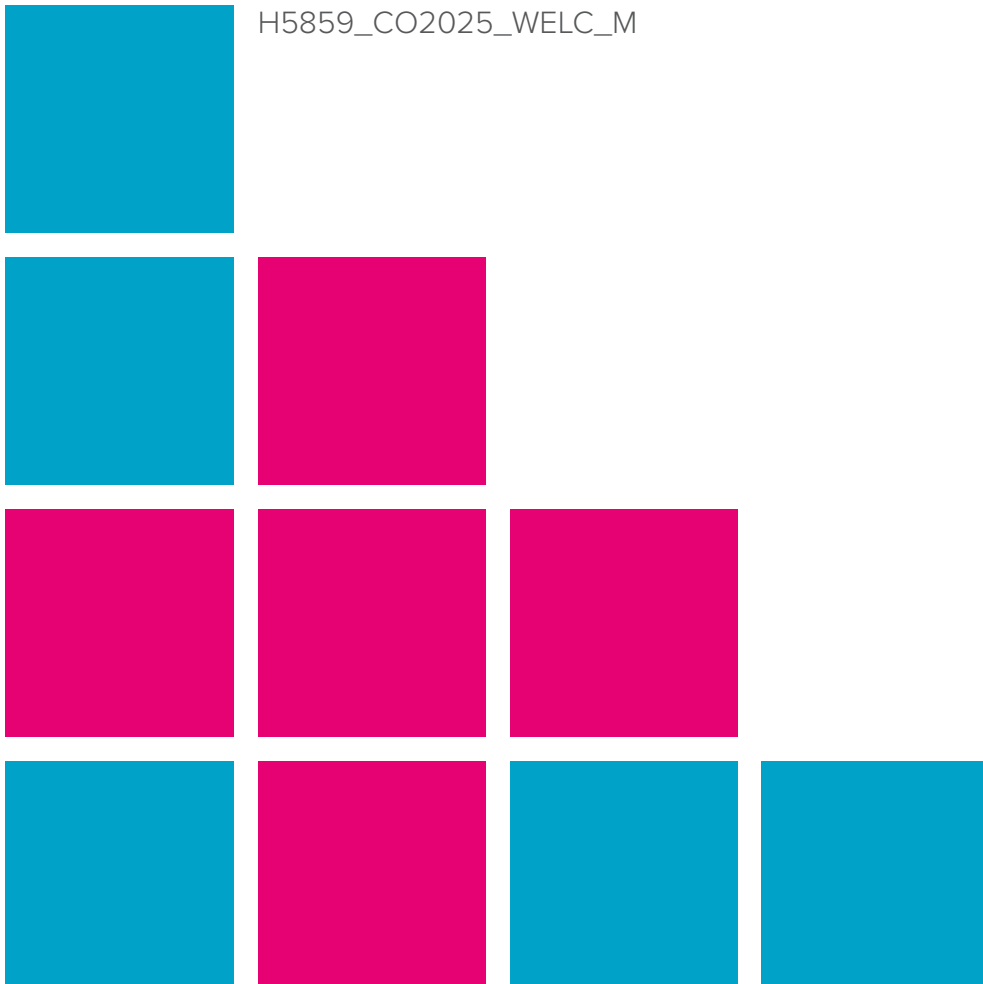
# Начальное руководство для НОВЫХ ЧЛЕНОВ

План льготного медицинского страхования  
CareOregon Advantage **Plus**

(HMO-POS D-SNP)

Для округов штата Орегон: Клакамас, Колумбия, Джексон,  
Малтнома, Тилламук и Вашингтон

H5859\_CO2025\_WELC\_M



Больше возможностей выбора, лучшее обслуживание. В этом наше преимущество.

## Добро пожаловать!

Мы рады видеть вас среди членов плана CareOregon Advantage. Большая часть информации, содержащейся в этом руководстве, также содержится в вашем Evidence of Coverage (свидетельство о страховании) на 2025 год. Мы просто выделили здесь наиболее важные моменты, которые вам нужно понять.

### Оглавление

Наша контактная информация.....	5
Где можно получить различные виды медицинской помощи.....	6
Ваша идентификационная карта участника.....	7
Информация о наших цифровых инструментальных средствах .....	7
Ваш поставщик первичных медицинских услуг.....	8
Активируйте свою карту Care плана CareOregon Advantage..	9
Страховое обеспечение рецептурных лекарственных препаратов .....	10
Основные льготы плана .....	12
Добейтесь того, чтобы ваш голос был услышан .....	16
Координация обслуживания.....	16
Посещение на дому для проверки вашего благосостояния...	17
Срочная медицинская помощь Teladoc Health .....	18
Услуги компании «Pap Pals» .....	19
Персональная система реагирования 24/7 на чрезвычайные ситуации.....	20
Офтальмологические льготы .....	21

Мониторинг артериального давления .....	21
Абонемент в тренажёрный зал по программе Silver&Fit и набор для домашнего фитнеса .....	22
Отказ от маркетинговых материалов в любое время .....	23
Ваши льготы по программе Medicaid .....	24
Карта Care плана CareOregon Advantage .....	25
Как пользоваться картой Care .....	26
Награды за выполнение полезных для здоровья действий...	27
Часто задаваемые вопросы о карте Care .....	29
Предметы гигиеническо-медицинского назначения .....	32
Продукты здорового питания .....	37
Ваши документы члена плана в режиме онлайн .....	39
Дискриминация противоречит закону .....	41



## Свяжитесь с нами

Обслуживание клиентов плана CareOregon Service  
Территория г. Портленд с пригородами: 503-416-4279  
Бесплатная линия: 888-712-3258, для лиц с нарушениями слуха TTY 711

### Часы работы

С 8 до 20 семь дней в неделю, с 1 октября до 31 марта

С 8 до 20 с понедельника по пятницу, с 1 апреля до 30 сентября

### В Интернете

Веб-сайт: [careoregonadvantage.org](https://careoregonadvantage.org)

### Электронная почта

Вы можете отправить нам защищенное электронное письмо, воспользовавшись бланком документа на нашем веб-сайте.

Посетите веб-сайт [careoregonadvantage.org/contact-us](https://careoregonadvantage.org/contact-us)

### Защищённое сообщение

Если вы хотите задать нам вопросы напрямую, вы можете отправить нам защищенное сообщение через наш портал для членов плана на адрес

[careoregonadvantage.org/portal](https://careoregonadvantage.org/portal)

### Получите дополнительную информацию обо всех своих льготах

Если вы хотите получить более подробную информацию о своих льготах, пожалуйста, ознакомьтесь с Summary of Benefits (краткое описание льгот) и Evidence of Coverage (свидетельство о страховании) по адресу

[careoregonadvantage.org/materials](https://careoregonadvantage.org/materials). Помните, что ваше членство включает льготы по программе Medicaid. Дополнительную информацию смотрите на стр. 24.

Мы будем рады получить от вас вопросы, когда они у вас возникнут.



## Где можно получить различные виды медицинской помощи

### Поставщик первичных медицинских услуг

Ваш Primary care provider (PCP- поставщик первичных медицинских услуг) — это врач, к которому вы обращаетесь в первую очередь при плановых посещениях и с большинством медицинских проблем. Ваш врач PCP направит вас к другим поставщикам медицинских услуг, если это необходимо

### Срочная медицинская помощь: лично и из дома

Посещайте учреждения неотложной помощи лично в неэкстренных ситуациях, требующих скорой медицинской помощи, когда невозможно попасть в кабинет вашего лечащего врача. Вы также можете воспользоваться нашей льготой удалённой неотложной медицинской помощи Teladoc Health на дому; врачи предлагают свои услуги круглосуточно, 7 дней в неделю по телефону, в видеочате или через приложение. Посетите веб-сайт [teladoc.com](https://teladoc.com) для создания учетной записи или позвоните в службу поддержки пользователей по телефону 800-835-2362, для лиц с нарушениями слуха ТТУ 711.

### Неотложная помощь в экстренных ситуациях

Неотложная медицинская помощь оказывается в любой точке США и на их территориях.

### Обслуживание в нерабочее время по вечерам, выходным и праздничным дням

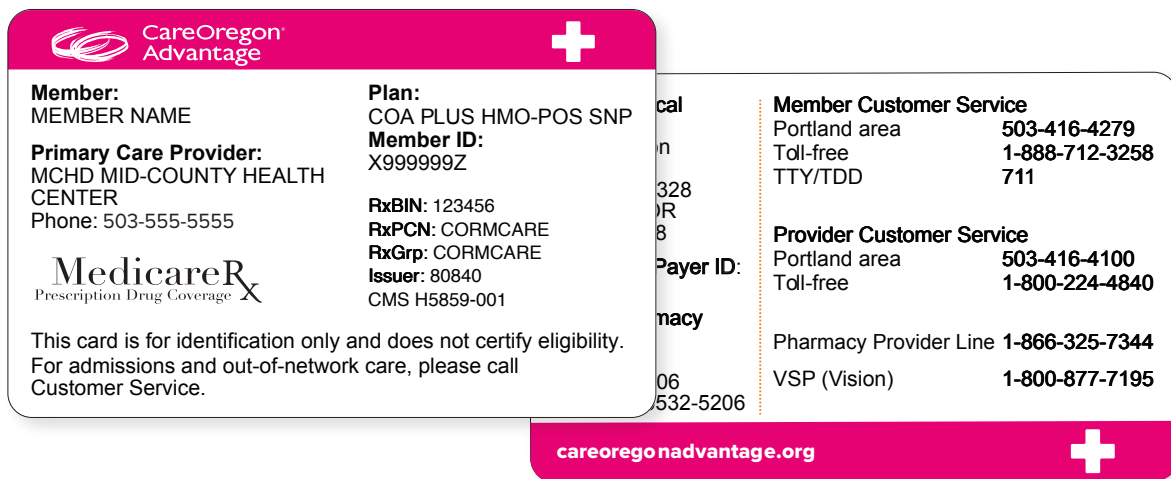
Если вы заболели или получили травму и нуждаетесь в помощи, позвоните по обычному номеру телефона вашего врача PCP в любое время дня и ночи. Лицо, которое ответит на ваш звонок, либо свяжется с врачом PCP, либо с другим врачом в клинике, либо посоветует вам, что делать.



## Ваша идентификационная карта члена плана

Ожидайте получить по почте свою идентификационную карту члена плана CareOregon Advantage.

Вы получите свою идентификационную карту члена плана в отдельном письме. В нем будет содержаться важная информация, необходимая вам для пользования льготами плана CareOregon Advantage



## Познакомьтесь с нашими цифровыми инструментальными средствами

Вам нужна помощь в изучении того, как веб-сайты и приложения для мобильных телефонов могут помочь вам понять ваши медицинские льготы? Позвоните по нашему специальному номеру цифровой справочной службы — 833-402-1320 — и мы поможем вам



## Ваш поставщик первичных медицинских услуг

**Запишитесь на прием** к своему поставщику первичной медицинской помощи (РСП). Как только сможете, выберите врача РСП или медицинское учреждение.

Если у вас уже есть такой врач, убедитесь, что он принимает пациентов-членов плана CareOregon Advantage.

Найдите нового поставщика услуг, используя наш каталог поставщиков услуг по адресу [careoregonadvantage.org/providersearch](https://careoregonadvantage.org/providersearch)







## Активируйте свою карту Care плана CareOregon Advantage

Вы получите свою карту в отдельном почтовом отправлении. Обязательно активируйте свою карту, как только получите ее, для оплаты товаров медицинского назначения, здорового питания и стоматологических услуг. Если вы ранее были членом плана CareOregon Advantage и у вас больше нет вашей карты плана CareCard, вам необходимо запросить новую карту, позвонив в службу поддержки клиентов плана CareOregon Advantage по телефону 888-712-3258 или 711 для лиц с нарушениями слуха.

Вы можете активировать свою карту Care любым из следующих трех способов

- Создайте онлайн-учетную запись по адресу: [mybenefitscenter.com](http://mybenefitscenter.com)
- Активируйте свою карту по телефону при помощи Interactive Voice Response System (IVR - система интерактивного голосового ответа) по телефону 833-684-8472
- Позвоните в службу поддержки членов плана CareOregon Advantage, чтобы вам помогли активировать вашу карту по телефону 888-712-3258 или для лиц с нарушениями слуха TTY 711

Проверьте остаток на счёте своей карты, позвонив по телефону 833-684-8472. Смотрите страницу 29 для получения дополнительной информации о том, как пользоваться своей картой.



## Страховое обеспечение рецептурных лекарственных препаратов

- План CareOregon Advantage включает в себя страховое обеспечение вашей части D рецептурных лекарственных препаратов при отсутствии ежемесячной страховой премии. Обеспечиваются страхованием некоторые лекарственные препараты, которые исключены из части D, такие как отпускаемые по рецепту сиропы от кашля. Для того, чтобы узнать, обеспечиваются ли ваши рецептурные лекарственные препараты страхованием, пожалуйста, посетите веб-сайт [careoregonadvantage.org/druglist](https://careoregonadvantage.org/druglist) для просмотра нашего списка одобренных лекарственных препаратов.
- Доплаты за большинство препаратов группы D отсутствуют. Для некоторых препаратов может потребоваться предварительное разрешение. Пожалуйста, ознакомьтесь с Фармакологическим справочником.
- Вы можете получить запас поддерживающих препаратов до 100 дней без каких-либо дополнительных затрат. Обратитесь к своему лечащему врачу.

### Варианты аптек

Если вам нужно приобрести отпускаемые по рецепту лекарственные препараты, у вас есть множество вариантов по всему штату Орегон и по всей территории Соединённых Штатов, когда вы путешествуете внутри страны. Обратитесь к нашему каталогу аптек для получения списка аптек нашей сети или воспользуйтесь инструментом поиска аптек по адресу [careoregonadvantage.org/providersearch](https://careoregonadvantage.org/providersearch)

### Заказ доставки лекарственных препаратов из аптеки по почте

Вы можете получить по почте запас рецептурных препаратов на срок, не превышающий 100 дней, с доставкой к вашей двери из одной из наших аптек.

Воспользуйтесь инструментом поиска аптеки по адресу [careoregonadvantage.org/providersearch](https://careoregonadvantage.org/providersearch)

- Выберите “Pharmacy” (аптека) из выпадающего меню “Type of Provider” (тип поставщика).
- Выберите “Mail Order” (заказ по почте) из меню “Pharmacy Type” (тип аптеки)
- В поле Location (местоположение) выберите “--ANY (ЛЮБОЕ)--” в меню штата и нажмите кнопку “Search” (поиск), чтобы просмотреть список всех аптек, в которых можно заказать лекарственный препарат с доставкой по почте в стране.

### **Лекарственные препараты, доставляемые в специальной упаковке**

С приемом нескольких лекарств может быть трудно справиться. План CareOregon Advantage предлагает вам несколько вариантов сортировки лекарственных препаратов, включая традиционные блистерные упаковки или лекарства, рассортированные по отдельным коробкам по дням и времени суток, чтобы помочь вам отслеживать, какие лекарства принимать и когда их следует принимать. Доставка лекарств в специальной упаковке бесплатна там, где это возможно. Для получения более подробной информации позвоните в службу поддержки клиентов по телефону 888-712-3258.

### **Местные аптеки с персоналом, говорящим не на английском языке**

План CareOregon Advantage работает с аптеками, сотрудники которых говорят на предпочитаемом вами языке. Воспользуйтесь нашим каталогом аптек или инструментом поиска онлайн-аптек по адресу

**[careoregonadvantage.org/providersearch](https://careoregonadvantage.org/providersearch)**

- Выберите “Pharmacy” (аптека) из выпадающего меню “Type of Provider” (тип поставщика).
- Выберите “No Preference” (нет предпочтений) в меню “Pharmacy Type” (тип аптеки).
- Выберите предпочитаемый язык в выпадающем меню “Language Spoken” (язык, на котором вы говорите).
- Нажмите на кнопку “Search” (поиск) для просмотра списка всех аптек, в которых говорят на вашем языке, по всему штату Орегон




## Основные льготы плана

План CareOregon Advantage предназначен для лиц, которые являются как участниками программы Medicare, так и программы Medicaid. Вы получите льготы по программе Medicare и другие специальные льготы только для членов плана CareOregon Advantage, и вы сможете обращаться к поставщикам услуг как в нашей сети, так и за ее пределами (при определенных условиях).

Льготы	Вы платите
<b>Ежемесячная страховая премия<sup>1</sup></b>	0 долл.
<b>Годовая франшиза</b>	0 долл.
<b>Приёмы у врачей (в кабинете врача или у вас дома)<sup>2</sup></b>	
Ежегодный профилактический приём и/или обычный медицинский осмотр	0 долл.
Приём у поставщика первичной медицинской помощи или специалиста (входящего или не входящего в сеть)	0 долл.
<b>Рецептурные лекарственные препараты</b> (запас на срок до 100 дней) Все препараты и вакцины, включённые в раздел D. Для некоторых препаратов может потребоваться предварительное разрешение.	0 долл.
<b>Дополнительные препараты</b> — препараты, которые обычно не обеспечиваются программой Medicare, но включены в Фармакологический справочник (список лекарств)	1.60 долл.
<b>Принадлежности для диабетиков</b>	0 долл.
<b>Лабораторные анализы и результаты рентгенографии</b>	0 долл.
<b>Амбулаторная хирургия и услуги</b>	0 долл.
<b>Стационарная госпитализация</b>	0 долл.
<b>Срочная медицинская помощь</b> (общенациональный охват) и <b>виртуальные приёмы</b> для оказания медицинской помощи в неэкстренных ситуациях	0 долл.
<b>Отделение неотложной медицинской помощи</b> (общенациональный охват)	0 долл.
<b>Автомобиль скорой помощи</b> (общенациональный охват)	0 долл.

Дополнительные льготы для наших членов	Вы платите
Услуги компании «Papa Pals» (до 60 часов в год)	0 долл.
<b>Personal emergency response system (PERS) персональная система экстренного реагирования</b> 24 часа в день, 7 дней в неделю экстренного реагирования и мониторинг	0 долл.
<b>Неотложная медицинская помощь, предоставляемая удалённо по программе Teladoc Health;</b> общение с врачами по телефону или видео 24 часа в сутки, 7 дней в неделю	0 долл.
<b>Профилактический осмотр зрения</b> (каждые 12 месяцев)	0 долл.
<b>Очки или контактные линзы</b> (каждые 12 месяцев); страхованием обеспечены все основные, прогрессивные линзы и линзы с высоким индексом.	0 долл.
<b>Абонемент в тренажёрный зал по программе Silver&amp;Fit®</b> и домашний набор для фитнеса	0 долл.

Дополнительные услуги	Вы получаете
<p><b>Карта Care члена плана CareOregon Advantage</b></p>  <p>The image shows a CareOregon Advantage CareCard, which is a Visa Debit card. It features the CareOregon logo and the text 'CareCard' in large letters. Below that, it displays the card number '4000 1234 5678 9010', the expiration date '05/31', and the member name field. The Visa logo is at the bottom right, and it states 'VALID ONLY IN THE UNITED STATES'.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>1378 долларов в год</b> (344.50 долларов за четверть) для покупки товаров медицинского назначения или полезных для здоровья продуктов питания</li> <li>• <b>\$\$</b> Призовые фонды за соответствующую критериям оздоровительную деятельность</li> </ul>
<p><b>Пособие на приобретение очков или контактных линз</b> (каждые 12 месяцев); обеспечены страхованием все категории базовых, прогрессивных линз и линз с высоким индексом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>175 долларов</b> на оправы ИЛИ</li> <li>• <b>100 долларов</b> на контактные линзы (вместо очков)</li> </ul>

## Льготы для лиц, являющихся участниками программ Medicare и Medicaid (Oregon Health Plan (OHP) - программа льготного медицинского страхования штата Орегон)

Указанные ниже льготы обеспечиваются вашим страхованием по программе Medicaid, не планом CareOregon Advantage Plus.

Льготы	Вы платите
<b>Доставка питания после пребывания в стационаре</b> (3 раза в день в течение 4 недель).	0 долл.
<b>Дополнительная стоматологическая помощь</b>	
Осмотры и рентген (включая скрининг на рак полости рта)	0 долл.
Гигиенические чистки, пломбирование с использованием фторида и удаление зубов	0 долл.
Полное протезирование каждые 10 лет и частичное - каждые 5 лет по рекомендации вашего стоматолога, независимо от того, как долго у вас не было зубов (требуется разрешение)	0 долл.
Коррекция зубных протезов, замена отсутствующих или сломанных вставных зубов	0 долл.
Глубокая чистка при заболеваниях десен	0 долл.
Неотложные стоматологические услуги	0 долл.
<b>Аудиологические льготы</b>	
Медицинский осмотр (каждые 12 месяцев)	0 долл.
Слуховые аппараты (требуется разрешение, до 2-х аппаратов каждые 5 лет)	0 долл.
Батарейки для слуховых аппаратов (60 в календарный год)	0 долл.
<b>Средства от недержания мочи</b> (подгузники для взрослых, одноразовые трусы/прокладки, постельные принадлежности, перчатки)	0 долл.
<b>Иглоукалывание и хиропрактика</b> (требуется разрешение)	0 долл.
<b>Транспортные перевозки</b> (неограниченное количество поездок на прием к врачу)	0 долл.
<b>Услуги переводчика при посещении кабинета врача</b>	0 долл.

Если у вас есть вопросы о вашем страховом обеспечении по программе Medicaid и льготах, пожалуйста, позвоните в свою программу Medicaid. Вы также можете позвонить в своё местное отделение по делам пожилых и лиц с ограниченными возможностями. В вашем руководстве для участников программы Medicaid также будет содержаться информация о ваших льготах по программе Medicaid, распределении расходов и многом другом.

**Для получения дополнительной информации о плане CareOregon Advantage звоните нам по телефону бесплатной линии 888-712-3258, для лиц с нарушениями слуха TTY 711.**

Наши часы работы: с 8 до 20 семь дней в неделю, с 1 октября до 31 марта, и с 8 до 20 с понедельника по пятницу, с 1 апреля до 30 сентября. Посетите наш веб-сайт по адресу [careoregonadvantage.org/plans](https://careoregonadvantage.org/plans)

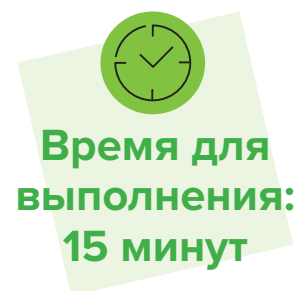
- <sup>1</sup> Премия в размере 17,50 долларов оплачивается из средств субсидии для лиц с низким уровнем дохода. Доплаты для участников плана CareOregon Advantage Plus (HMO-POS D-SNP) и программы Oregon Medicaid оплачиваются из средств плана Oregon Health Plan (программа Medicaid).
- <sup>2</sup> Льготой Point-of-Service (POS - пункт обслуживания) можно воспользоваться только при посещении врача РСР и кабинета специалиста. Максимальная годовая льгота в размере 1000 долларов распространяется на посещения поставщика медицинских услуг, не входящего в сеть обслуживания. Поставщики услуг, не входящие в сеть обслуживания/не заключившие контракта, не обязаны оказывать помощь членам плана CareOregon Advantage Plus HMO-POS D-SNP, за исключением чрезвычайных ситуаций. Пожалуйста, позвоните по номеру нашей службы поддержки клиентов или ознакомьтесь со своим документом Evidence of Coverage (свидетельство страхования) для получения дополнительной информации, включая распределение расходов, применимое к услугам, предоставляемым вне сети обслуживания.



## Добейтесь того, чтобы ваш голос был услышан

Помогите нам предоставить вам самое лучшее обслуживание.

- **Обязательно примите участие** в одном из наших опросов об опыте работы с членами плана, которые могут быть проведены по телефону или отправлены вам по почте.
- Один опрос посвящен вашему общему опыту. Другой посвящен вашим посещениям поставщиков медицинских услуг. Ваши ответы носят конфиденциальный характер и помогают нам улучшить наши льготы и услуги.



## Координация обслуживания

Если вы позвоните однажды, наши координаторы обслуживания могут:

- Узнать о ваших потребностях и помогут вам найти правильные решения.
- Убедиться в том, что все ваши поставщики услуг общаются друг с другом.
- Помочь в предоставлении дополнительных услуг, включая жилье, питание (Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) - программа дополнительной помощи в области питания) и транспортные ресурсы.
- Обеспечить вас необходимыми расходными материалами, включая лекарственные препараты, принадлежности для диабетиков, инвалидные коляски, кислородные баллоны и многое другое.

Позвоните в службу поддержки клиентов, чтобы спросить, как вы можете связаться с нашей командой по координации медицинской помощи.





## Посещение на дому для проверки вашего благосостояния

Это оздоровительное посещение на дому дополняет обслуживание, которое вы уже получаете от своих постоянных поставщиков услуг. Информация, собранная во время этого посещения, используется для того, чтобы помочь вам совместно с ними управлять своим медицинским обслуживанием.

Во время посещения вас на дому может произойти следующее:

- Проверка артериального давления
- Обзор принимаемых лекарственных препаратов
- Вам предоставляется возможность задать нашим лицензированным поставщикам услуг вопросы о ваших медицинских проблемах

**Свяжитесь с нашим партнером** компанией Signify Health напрямую по телефону 833-447-7487 с 7:00 до 17:00 с понедельника по пятницу. Они помогут вам записаться на прием к врачу и договорятся о времени их посещения вас в удобной обстановке вашего дома.





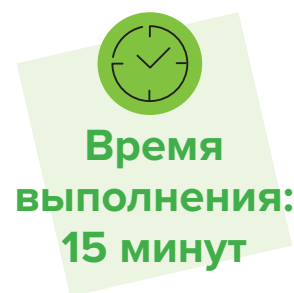
## Срочная медицинская помощь, предоставляемая удалённо при помощи системы Teladoc Health

Мы сотрудничаем с компанией Teladoc Health, чтобы обеспечить вам доступ к сертифицированным врачам 24 часа в сутки 7 дней в неделю при неотложных состояниях. Независимо от того, находитесь ли вы дома или в путешествии, мы готовы оказать вам помощь.

Без опасений подключайтесь к врачам, которые выслушают вас, зададут вопросы и помогут вам быстрее почувствовать себя лучше.

- Поговорите с врачами по телефонной или видео связи.
- Избегайте поездок в отделение неотложной помощи и зала ожидания.
- Виртуальные приёмы у врача с помощью компании Teladoc Health предлагаются в любое время суток и всегда являются бесплатными.

**Предварительно зарегистрируйтесь в системе Teladoc Health** для того, чтобы сэкономить время, если вы плохо себя чувствуете и хотите побыстрее попасть на прием к медицинскому работнику. Загрузите мобильное приложение Teladoc Health, посетите веб-сайт **teladoc.com** для создания учетной записи, позвоните по телефону 800-TELADOC (800-835-2362) или для лиц с нарушениями слуха TTY 711.





## Услуги поддержки на дому

Ваше эмоциональное и психическое здоровье так же важно для нас, как и ваше физическое здоровье. Мы объединились с компанией Para Pals ([para.com](http://para.com)) чтобы предложить услуги поддержки на дому, которые помогут вам поддерживать связь с вашим сообществом без каких-либо дополнительных затрат.

Получите до 60 часов посещений на дому в год с Para Pals (компаньоны из компании Para). Para Pals могут помочь удовлетворить ваши потребности, предоставив вам помощь в:

- совершении покупок в продуктовом магазине или приготовлении еды;
- использовании таких технологий, как активация вашей карты Care или организации транспортной перевозки в ситуациях, не требующих оказания неотложной медицинской помощи;
- понимании того, как использовать медицинскую информацию, поступающую в онлайн-формате или цифровом формате (см. страницу 7 для получения дополнительной информации);
- выполнении легких домашних дел;
- составлении вам компании и многом другом.

**Для того, чтобы запланировать посещение** вашего компаньона по программе Para Pals, позвоните по телефону 855-485-8832 или посетите веб-сайт по адресу [para.com](http://para.com). Посещения необходимо планировать за 72 часа.





## Персональная система реагирования в режиме 24/7 на чрезвычайные ситуации

Мы сотрудничаем с компанией Connect America ([connectamerica.com](https://connectamerica.com)) для того, чтобы предложить вам бесплатную personal emergency response system (PERS - персональную систему реагирования на чрезвычайные ситуации).



- Эта льгота, также известная как система медицинского оповещения, обеспечивает круглосуточную экстренную помощь.
- Всякий раз, когда вам это понадобится, помощь будет доступна в результате всего одного нажатия кнопки.
- Если вы упадете, она может обратиться за помощью для вас.
- Это также поможет вам быть здоровее, отслеживая свои ежедневные шаги.

Для того, чтобы воспользоваться своей персональной системой экстренного реагирования, позвоните по телефону **877-909-4601**, чтобы поговорить с представителем системы PERS, или посетите веб-сайт компании Connect America по адресу [connectamerica.com](https://connectamerica.com)



**Время для выполнения:  
15 минут**



## Офтальмологические льготы

В плане CareOregon Advantage ваше зрение очень важно для нас!

- Проходите бесплатный плановый осмотр зрения один раз в 12 месяцев.
- Очки и контактные линзы оплачиваются! 0 долларов за базовые линзы, включая переход на прогрессивные линзы и линзы с высоким индексом.
- В дополнение к этому 175 долларов на оправу или 100 долларов на контактные линзы каждые 12 месяцев.
- Вы можете найти поставщика услуг по зрению в сети, используя наш Каталог поставщиков услуг. Найдите «Поставщик услуг рутинного осмотра зрения» в разделе «Тип поставщика» на сайте [careoregonadvantage.org/members/find-a-provider](https://careoregonadvantage.org/members/find-a-provider)



## Устройство для контроля артериального давления

Если у вас было диагностировано высокое кровяное давление и вы посещали врача в течение последних 12 месяцев или принимали лекарства для снижения высокого кровяного давления, вы имеете право на бесплатное получение устройства для контроля артериального давления. Наш партнер компания Nations OTC свяжется с вами и предоставит информацию о том, как заказать ваше устройство. Пожалуйста, обратите внимание: вы можете получать новый монитор каждые 24 месяца (два года). Если вы считаете, что имеете право на устройство для мониторинга артериального давления, и хотите запросить его, пожалуйста, свяжитесь со Службой поддержки клиентов.



## Абонемент в тренажёрный зал по программе Silver & Fit и набор для домашнего фитнеса

Как член плана CareOregon Advantage, вы можете:

- Получать пользу от просмотра видеороликов о тренировках по запросу и индивидуальные планы тренировок, которые помогут вам начать создание системы занятий фитнесом дома.
- Выбирать из тысяч участвующих фитнес-центров по всей стране и записываться сразу в несколько центров.
- Поработать с сертифицированным тренером по здоровому образу жизни, который поможет вам достичь ваших целей в области фитнеса, питания и образа жизни во время запланированных сеансов по телефонной и видео связи или в чате.
- Получить один бесплатный домашний набор для фитнеса в год; на выбор можно выбрать носимый фитнес-трекер марки Fitbit<sup>®</sup> или Garmin<sup>®</sup>, набор для пилатеса, набор для силовых тренировок, набор для плавания, набор для йоги и многое другое.

**Для того, чтобы зарегистрироваться:** Посетите веб-сайт [silverandfit.com](https://silverandfit.com) и нажмите на “check eligibility” (проверить соответствие требованиям). Введите свои личные данные и отправьте.

Для того, чтобы получить домашний набор для фитнеса: посетите веб-сайт [silverandfit.com](https://silverandfit.com) чтобы войти в свою учетную запись. На экране панели мониторинга выберите “explore home kits” (познакомиться с домашними наборами). Как только набор будет выбран, вы должны согласиться с правилами и условиями и подтвердить свой выбор.

Для того, чтобы выбрать тренажёрный зал: введите параметры поиска в строке поиска “Fitness Center Network” (сеть фитнес-центров), затем выберите нужный вам фитнес-центр, примите правила и условия,



добавьте в корзину и нажмите на “confirm” (подтвердить), чтобы завершить регистрацию.

Получите дополнительную информацию на веб-сайте [silverandfit.com](http://silverandfit.com) или позвоните им по телефону 877-427-4788, для лиц с нарушениями слуха ТТУ 711.



## Отказ от маркетинговых материалов в любое время

Вы имеете право отказаться от деловых/маркетинговых сообщений, которые не являются обязательными. Вы по-прежнему будете получать необходимые материалы.

Для того, чтобы отказаться от плана деловых коммуникаций, обратитесь в службу поддержки клиентов плана CareOregon Advantage:

Звоните по телефону 503-416-4279 или по бесплатному номеру 888-712-3258, или для лиц с нарушениями слуха ТТУ 711

Часы работы: с 8 утра до 20 вечера семь дней в неделю с 1 октября по 31 марта; с 8 до 20б с понедельника по пятницу, с 1 апреля до 30 сентября.



## Ваши льготы по программе Medicaid

Как участник плана CareOregon Advantage, вы имеете “двойное право” на получение льгот как по программе Medicare, так и по программе Medicaid (план льготного медицинского страхования штата Орегон), и они могут работать вместе для удовлетворения ваших потребностей в области здравоохранения. В главе 4 вашего документа Evidence of Coverage (свидетельство о страховании) указаны льготы плана CareOregon Advantage. В таблице льгот показано, что обеспечивается страхованием, какие-либо ограничения или исключения, а также любые расходы на услуги.

Иногда в рамках программы Medicaid могут быть обеспечены страхованием льготы, которые не обеспечиваются страхованием по программе Medicare. Эти льготы могут включать:

- Варианты транспортных перевозок, помогающих добраться до медицинских учреждений и услуг и обратно
- Стоматологическая помощь, включая ежегодные осмотры, чистки зубов, протезирование зубов и многое другое
- Альтернативное обслуживание, включая такие услуги, как иглоукалывание и хиропрактика, не обеспечиваемые страхованием по программе Medicare
- Слуховые аппараты и батарейки
- Отпускаемые без рецепта лекарственные препараты, прописанные вашим поставщиком медицинских услуг
- Услуги по планированию семьи
- Средства от недержания мочи
- Доставка питания после пребывания в больнице, реабилитационном центре или учреждении сестринского ухода (Доступно только для участников, чья программа Medicaid находится в ведении организации CareOregon.)
- Консультации по питанию с квалифицированным диетологом (Доступно только для участников, чья программа Medicaid находится в ведении организации CareOregon.)

Обратитесь к своему плану по программе Medicaid для получения дополнительной информации о том, какие льготы обеспечиваются страхованием. Вы также можете позвонить в нашу службу поддержки клиентов. Мы хотим помочь вам воспользоваться всеми вашими льготами, как по программе Medicaid, так и по программе Medicare, поэтому, пожалуйста, звоните нам по любым вопросам.





## Карта Care участника прлана CareOregon Advantage

- Получайте 1378 долларов в год (344.50 долларов за квартал), чтобы тратить их на соответствующие требованиям товары медицинского назначения, полезную для здоровья пищу и коммунальные услуги.
- Средства автоматически зачисляются на счёт вашей карты каждый квартал.
- Неизрасходованные средства не переносятся на следующий квартал, поэтому обязательно используйте их!
- **Новое в 2025 году:** Используйте свою карту CareCard в магазинах Dollar Tree!



### Какие товары я могу купить?

Страхованием обеспечивается более 90 тысяч соответствующих требованиям товаров, таких как лекарственные средства от простуды и гриппа, обезболивающие препараты и бакалейные товары, такие как мясо и другие продукты.

### Где я могу пользоваться своей картой?

Вы можете воспользоваться своей картой Care в подобных магазинах розничной торговли, а также во многих других:

**Fred Meyer**

**Albertsons**



NW Natural



**Walmart**

**SAFEWAY**

**DOLLAR GENERAL**

**Walgreens**

Получите подходящие товары с доставкой на дом без каких-либо дополнительных затрат, пользуясь услугами компании Medline.



## Как пользоваться своей картой Care

### 1) Активируйте свою карту

Мы вышлем вам по почте предварительно загруженную карту Care. Когда вы получите свою карту, активируйте ее, позвонив по бесплатному номеру 833-684-8472. Если вы уже были членом плана СОА, вы уже зарегистрированы в нашей системе и не получите новую карту. Если вам нужно заказать замену карты, пожалуйста, свяжитесь со Службой поддержки клиентов.

### 2) Воспользуйтесь своей картой в кабинете стоматолога, в аптеке или продуктовом магазине.

Ваша карта CareCard может использоваться во многих аптеках и розничных магазинах, а также для оплаты коммунальных услуг. Полный список участвующих продавцов можно найти на сайте [mybenefitscenter.com](http://mybenefitscenter.com) или в мобильном приложении OTC Network. Для оплаты коммунальных услуг (лично, онлайн или по телефону) используйте CareCard как предоплаченную подарочную карту. Если сумма счёта за коммунальные услуги превышает баланс на вашей карте CareCard, вам нужно будет указать дополнительный способ оплаты.

### 3) Выбирайте товары медицинского назначения и полезные для здоровья продукты питания

На страницах 32-38 приведен список товаров, которые вы можете приобрести с помощью своей карты. Вы также можете ознакомиться с полным списком по адресу [mybenefitscenter.com](http://mybenefitscenter.com) или с помощью мобильного приложения OTC Network.

### 4) Проведите свою карту как КРЕДИТНУЮ по считывающему устройству для оплаты товаров

Принесите свои товары к кассовому терминалу. Когда придет время расплачиваться, проведите своей картой как кредитной по устройству для считывания карт. Сумма ваших одобренных покупок будет автоматически списана со счёта вашей карты. Примечание: вы должны выбрать “credit” (кредитная карта), когда устройство считывания карт спросит, как вы хотите использовать свою карту. Если вы выберете “debit”, (дебетовая карта), карта работать не будет.



## Получайте награды за выполнение полезных для здоровья действий

Зарабатывайте дополнительные средства, добавляемые на счёт вашей карты Care каждый год, просто за то, что вы уделяете время своему здоровью.

Просто выполняйте соответствующие требованиям оздоровительные мероприятия, такие как ежегодные оздоровительные посещения врачей и медицинские осмотры, или участвуйте в соответствующей программе оздоровления. Все полезные мероприятия должны быть завершены до 31 декабря для того, чтобы претендовать на получение вознаграждений. Срок действия этих средств не истекает.

### Как я могу получать вознаграждения?

Выполните полезное для здоровья действие из приведенного ниже списка, а мы позаботимся обо всем остальном! Вам не нужно заполнять какие-либо бланки документов или звонить нам.

Как правило, ваши вознаграждения будут зачислены на счёт вашей карты Care примерно через месяц после того, как вы завершите полезную для здоровья деятельность. Вы можете проверить свой баланс вознаграждений в приложении OTC Network по адресу [mybenefitscenter.com](https://mybenefitscenter.com), или позвонив по телефону 833-684-8472.

### Награды для всех

Сделайте прививку от гриппа в аптеке или в кабинете своего лечащего врача	25 долл.
Пройдите ежегодный оздоровительный осмотр или аналогичное посещение своего лечащего врача	50 долл.
Пройдите оценку риска для здоровья, заполнив бланк документа на бумаге, онлайн или по телефону у представителя плана CareOregon Advantage	25 долл.

### Вознаграждения за услуги, рекомендованные вашим поставщиком медицинских услуг

Пройдите маммографию	50 долл.
Пройдите скрининг на наличие колоректального рака	50 долл.
Пройдите обследование плотности костной ткани	50 долл.

### Награды для участников, принимающих определенные лекарственные препараты для поддержания здоровья своего сердца или снижения высокого кровяного давления

Если вы пользуетесь ингибитором АПФ или блокатор рецепторов ангиотензина (например, лизиноприл или лозартан), проконсультируйтесь с фармацевтом о назначении препарата ингибитор АСЕ (Angiotensin-converting-enzyme (ACE) - ангиотензин превращающего фермента (АПФ)	25 долл.
Сделайте хотя бы один обзор принимаемых лекарственных препаратов и принимайте препарат достаточно часто, чтобы охватить, по крайней мере, 80% времени, в течение которого вы должны принимать этот препарат.	50 долл.

### Вознаграждения участников, зарегистрированных в программе Medication Therapy Management (МТМ - управления медикаментозной терапией)

Проведите всесторонний обзор лекарственных препаратов	25 долл.
-------------------------------------------------------	----------

### Награды для участников с диагнозом диабет

Пройдите обследование глаз при диабете	25 долл.
Пройдите обследование почек при диабете	25 долл.
Пройдите тест А1с	25 долл.
Заработайте все три диабетические награды	50 долл.



## Часто задаваемые вопросы о карте Care

### Вопрос. Как работает моя карта Care?

**Ответ.** Вы должны были получить свою карту Care по почте. Если вы не получили её в течение 10 дней после начала действия страхового обеспечения, пожалуйста, позвоните в службу поддержки клиентов по бесплатному телефону 888-712-3258, для лиц с нарушениями слуха ТТУ 711.

- Неизрасходованные доллары на полезное для здоровья питание истекают в конце каждого квартала и не переносятся на следующий. В первый день каждого календарного квартала на счёт вашей карты будет зачисляться 344.50 долларов, если вы являетесь участником нашего плана.
- Доллары вознаграждения, которые вы зарабатываете за ведение здорового образа жизни, доступны в течение всего года. Срок действия этих средств не истекает.
- Эти вознаграждения зачисляются на счёт вашей карты примерно через 30 дней после завершения действия.
- Новинка 2025 года: Используйте свою CareCard для оплаты коммунальных услуг. Она работает как предоплаченная подарочная карта. Если сумма счета за коммунальные услуги превышает баланс на вашей CareCard, вам потребуется указать дополнительный способ оплаты.

### Вопрос. Буду ли я получать новую карту каждый квартал?

**Ответ.** Нет. Карта, которую мы вам отправили, является многоразовой. Её счёт будет автоматически пополняться в первый день каждого календарного квартала, пока вы остаетесь членом плана CareOregon Advantage. Если вы больше не имеете своей карты CareCard, пожалуйста, позвоните в службу поддержки, чтобы запросить замену.

### **Вопрос. Где я могу пользоваться своей картой?**

**Ответ.** Вашей картой Care можно воспользоваться во многих аптеках и магазинах розничной торговли и для оплаты своих счетов за коммунальные услуги. Для ознакомления с полным списком участвующих розничных продавцов посетите веб-сайт [mybenefitscenter.com](https://mybenefitscenter.com) и войдите в систему, указав номер своей карты. Или воспользуйтесь мобильным приложением OTC Network.

Вы также можете приобрести товары на сайте [walmart.com](https://walmart.com), [walgreens.com](https://walgreens.com), [medline.com](https://medline.com), и [tomsmeals.com](https://tomsmeals.com) используя [mybenefitscenter.com](https://mybenefitscenter.com)

### **Вопрос. Как мне проверить остаток средств на счёте своей карты?**

**Ответ.** Есть три простых способа сделать это:

1. Посетите веб-сайт [mybenefitscenter.com](https://mybenefitscenter.com) войдите в систему, указав номер своей карты.
2. Вы можете загрузить мобильное приложение OTC Network в магазине приложений Google Play или Apple App, выполнив поиск “OTC Network” (сети магазинов, в которых отпускают товары медицинского назначения без рецепта).
3. Позвоните по телефону 833-684-8472

### **Вопрос. Как мне получить помощь, если я в ней нуждаюсь?**

**Ответ.** Существует несколько способов получить помощь:

- Посетите веб-сайт [mybenefitscenter.com](https://mybenefitscenter.com) и введите номер своей карты и дату рождения.
- Посетите веб-сайт [careoregonadvantage.org](https://careoregonadvantage.org)
- Позвоните в нашу службу поддержки клиентов по бесплатному телефону 888-712-3258, для лиц с нарушениями слуха 711.

### **Вопрос. Какие товары я могу купить с помощью своей карты?**

**Ответ.** В аптеке и продуктовом магазине можно приобрести более 90 тысяч подходящих товаров. Дополнительную информацию смотрите на страницах 32–38.

**Вопрос. Могу ли я использовать свою карту для покупки фирменных товаров магазина или фирменных товаров?**

**Ответ.** Да. Вы можете купить и те, и другие товары, используя свою карту.

**Вопрос. Могу ли я заказать доставку товаров на дом?**

**Ответ.** Да, можете!

1. Оформите заказ онлайн или по телефону в компании Medline. Вам понадобится номер вашей карты Care:
  - > Онлайн: [athome.medline.com/card](https://athome.medline.com/card)
  - > По телефону: звоните по номеру 833-569-2330 или для лиц с нарушениями слуха TTY 711 с 5 до 17 с понедельника по пятницу.

**Вопрос. Что делать, если товар будет отклонен при оплате на кассе?**

**Ответ.** Если товар, который должен быть обеспечен страхованием, отклонен при его оплате на кассе, позвоните нам бесплатно по телефону 888-712-3258, для лиц с нарушениями слуха TTY 711, сообщив код UPC (Universal Product Code (UPS) - универсальный код изделия) и описание товара. Если можете, сфотографируйте штрих-код товара. Если товар должен быть обеспечен страхованием, мы запросим внести изменения в информацию о товаре для будущих покупателей. Пожалуйста, обратите внимание, что такие товары, как сельскохозяйственные продукты, могут меняться в зависимости от сезонности и источников поставки. Это может означать задержку в обновлении UPC-кодов в магазинах.

**Вопрос. Могу ли я вернуть товар?**

**Ответ.** Да. Возврат товаров осуществляется в соответствии с правилами продавца. Средства, полученные при возврате товара, возвращаются на счёт вашей карты Care и будут добавлены к остатку средств на счёте карты за этот месяц. Возврат наличных денег не допускается.

## Вопрос. Почему мой товар не был оплачен?

Ответ. Это зависит от того, что:

- Возможно, у вас больше нет средств на карте.
- Данный товар не подлежит покупке.
- Товар может быть представлен в нашем каталоге, но нуждается в обновлении информации о нём. Позвоните в нашу службу поддержки клиентов по бесплатному номеру 888-712-3258 с кодом UPC и описанием товара, и мы сможем помочь. .
- Вы более не являетесь членом нашего плана.

## Вопрос. Какие товары обеспечиваются страхованием?

# Товары медицинского назначения

### ☑ Личная гигиена

- » Ватные валики
- » Вазелин и защитные кремы

### ☑ Простуда и аллергия

- » Лекарства от аллергии\*†
- » Препараты от астмы\*
- » Средства от кашля, простуды и гриппа\*†
- » Противоотечные назальные спреи, капли и ингаляторы
- » Губная помада лечебно-оздоровительного действия
- » Увлажняющие средства для носа и ополаскиватели
- » Назальные полоски, расширители и средства

для устранения храпа

- » Паропроизводители, испарители (в том числе безводные), увлажнители воздуха и аксессуары

### ☑ Компрессионная поддержка

- » Компрессионные носки и колготки

### ☑ Помощь для диабетиков

- » Спиртовые тампоны и салфетки\*†
- » Принадлежности для лечения диабета, такие как ланцеты и приборы для определения уровня глюкозы в крови\*†
- » Диабетический кашель, простуда и аллергия
- » Диабетическая невропатия и уход за кожей\*
- » Диетические батончики для лечения диабета, конфеты, питательные жидкости



- » Добавки для лечения диабета\*
- » Таблетки глюкозы, гели и т.д.\*
- » Полоски для анализа мочи, прокладки\*<sup>†</sup>

### ☑ **Здоровье пищеварительной системы**

---

- » Регуляторы кислотности, антацидные жидкости, таблетки и капсулы<sup>†</sup>
- » Жидкости против диареи, таблетки и капсулы\*<sup>†</sup>
- » Средства против образования газов\*
- » Пероральная регидратационная терапия при диарее
- » Предбиотики и пробиотики для здоровья пищеварительной системы, пищеварительные ферменты
- » Клизмы, слабительные свечи/наборы, слабительные жидкости и средства для размягчения стула\*<sup>†</sup>
- » Продукты с клетчаткой\*<sup>†</sup>
- » Лечение геморроя, салфетки и промывания
- » Непереносимость лактозы\*
- » Продукты для лечения нескольких симптомов\*
- » Тошнота и укачивание\*

### ☑ **Уход за ушами**

---

- » Ушные капли и шприцы
- » Слуховые аппараты, персональные усилительные устройства и аксессуары\*
- » Липофлавоноиды (звон в ушах)

### ☑ **Уход за глазами**

---

- » Средства для облегчения сухости глаз
- » Раствор для промывания глаз
- » Очки для чтения, увеличительные стёкла

- » Раствор для ухода за контактными линзами и чистящие средства

### ☑ **Планирование семьи**

---

- » Экстренные контрацептивы
- » Женские презервативы и спермициды
- » Мужские презервативы<sup>†</sup>

### ☑ **Женская гигиена**

---

- » Женские противогрибковые препараты<sup>†</sup>
- » Тампоны, женские прокладки, менструальные чаши

### ☑ **Первая помощь**

---

- » Клейкие и жидкие пластыри, бинты
- » Средства против зуда
- » Противопаразитарные средства (средства от вшей и сопутствующие товары, средства от остриц и стригущего лишая)<sup>†</sup>
- » Антисептические средства (спирт для растирания, перекись водорода, повидон-йод)
- » Средства от ботанического воздействия
- » Резиновые напальчники и шины
- » Аптечки первой помощи, адгезивные повязки для оказания первой помощи
- » Маски (респираторные, защитные и т.д.)
- » Разное лечение ран и облегчение состояния кожи (включая гаммелис)
- » Защитные перчатки
- » Средства для защиты кожи (включая вазелин)
- » Хирургические бинты и перевязочные материалы<sup>†</sup>
- » Местные антибиотики и противомикробные препараты

- » Средства для очищения ран
- » Процедуры для лечения ран, ожогов и кожи (включая английскую соль, лечение рубцов)

### ☑ Уход за ногами

- » Противогрибковые порошки, кремы, жидкости и спреи<sup>†</sup>
- » Прокладки для мозолей, кожных наростов и вальгусной деформации большого пальца стопы
- » Средства для удаления мозолей, натоптышей и бородавок
- » Облегчение боли в ногах
- » Пяточные стельки и супинаторы
- » Средства от грибка ногтей
- » Средства от подошвенного фасцита

### ☑ Поддержание здоровья

- » Опоры для лодыжки и стопы, кисти и запястья, локтя и предплечья, брюшной полости, бедра/икры/голени, плеча и ключицы, грыжи, колена
- » Перевязь для сломанной руки и шейные воротники
- » Эластичные бинты
- » Электрические грелки
- » Горячая/холодная терапия
- » Грелки для суставов и при артрите
- » Кинезиологические ленты, опоры и расходные материалы
- » Защитные ограждения
- » Ремни для рёбер
- » Крестцовые и спинные корсет

### ☑ Диагностика состояния здоровья/вспомогательные средства для повседневной жизни

- » вспомогательные средства для купания и гигиены полости рта, приема пищи, питья, ухода за собой, одевания
- » Слуховые аппараты
- » Наборы и аксессуары для измерения артериального давления\*<sup>†</sup>
- » Измерители уровня холестерина и наборы для тестирования\*
- » Тесты на наркотики и спиртное\*
- » Домашние тесты на рак толстой кишки\*<sup>†</sup>
- » Домашние тесты на вирус заболевания COVID-19\*
- » Дозаторы лекарств, коробки для таблеток, таблетницы-органайзеры и напоминатели приёма лекарств
- » Безопасность передвижения: лестничные перила, ступени для лестниц, временные пандусы для передвижения
- » Ночники
- » Пульсоксиметр и мониторы сердечного ритма\*
- » Приспособления для доставания и захвата предметов и подъемники
- » Средства для чтения, письма и телефонной связи. Стетоскопы и сопутствующие приспособления\*
- » Термометры, жаропонижающие полоски и аксессуары

### ☑ **Медицинское обслуживание на дому**

- » Безопасность и аксессуары для ванн, поручни для унитазов, ходунки
- » Трости для слабовидящих \*
- » Приподнятые сиденья для унитаза и аксессуары
- » Поручни и ручки
- » Чистящие и дезинфицирующие средства для рук
- » Ручной душ
- » Сидячие ванны и биде
- » Клиновидные и обычные подушки

### ☑ **Товары для дома**

- » Салфетки для ванной
- » Средство для мытья посуды
- » Мешки для мусора
- » Хозяйственное мыло
- » Бумажные полотенца

### ☑ **Недержание**

- » Дезодоранты
- » Одноразовые прокладки, щитки, впитывающие прокладки и каплеуловители
- » Очищающие средства для промежности, средства для мытья, салфетки, марлевые салфетки, увлажнители, барьерные и защитные средства, противогрибковые средства
- » Многоцветная/одноразовая одежда, подгузники\*<sup>+</sup>

### ☑ **Уход за полостью рта**

- » Зубная резинка
- » Клеи для зубных протезов, чистящие средства, аксессуары

- » Средства от сухости во рту\*
- » Зубная нить и держатели зубной нити
- » Фторирование зубов
- » Уход за деснами
- » Ночная каппа и защита от скрежетания зубами
- » Средства для облегчения боли в полости рта и от язвочек во рту\*
- » Зубные щетки (включая ручные, аккумуляторные, перезаряжаемые и многоразовые)
- » Зубная паста (включая пасту для чувствительных зубов, отбеливающую пасту, зубной порошок)

### ☑ **Обезболивающие средства**

- » Ацетаминофен для взрослых\*<sup>+</sup>
- » Аспирин для взрослых и его комбинации\*<sup>+</sup>
- » Ибупрофен для взрослых и другие противовоспалительные средства\*<sup>+</sup>
- » Ночное обезболивание для взрослых\*
- » Кремы для наружного обезболивания мышц/суставов, мази, гели, лосьоны, жидкости, средства в шариковой упаковке, спреи, пластыри и прокладки\*
- » Женское обезболивание\*
- » TENS units (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) devices - устройства для чрескожной электрической стимуляции нервов) и сменные прокладки

### ☑ **Поддержка кожи пациента**

---

- » Противогрибковые препараты<sup>†</sup>
- » Увлажняющие, герметические и защитные средства

### ☑ **Физическая подготовка/тренажерное оборудование**

---

- » Предметы для устойчивости (мячи, доски и т.д.)
- » Кардиотренировка (упражнения для занятий аэробикой, скакалки)
- » Поролоновые валики/приспособления для массажа
- » Разное для занятий физической культурой (включая коврики для занятий йогой/физическими упражнениями)
- » Шагомеры и фитнес-трекеры
- » Весы (включая анализаторы жировых отложений) \*
- » Сила/диапазон движений (бандажи, упражнения для рук и т.д.)
- » Гири и гантели

### ☑ **Уход за кожей**

---

- » Вяжущие средства от прыщей, тоники, кремы, гели, лосьоны, пластыри, мыло и очищающие средства
- » Средства от насекомых
- » Дезинфицирующие средства для рук быстрого действия

### ☑ **Средства, способствующие отказу от курения**

---

- » Никотиновая жевательная резинка и пастилки <sup>\*†</sup>
- » Никотиновый пластырь <sup>\*†</sup>

### ☑ **Защита от солнечных лучей**

---

- » Смешанные/разные средства защиты от солнца
- » Защита от солнца при занятиях спортом
- » Защита от солнца sun protection factor ((SPF) - фактор защиты от солнца) 50 и ниже)

### ☑ **Витамины/пищевые добавки**

---

- » Кальций<sup>\*†</sup>
- » Детские витамины и минералы<sup>\*</sup>
- » Очищение толстой кишки и детоксикация (без потери веса)
- » Только кофермент CoQ10 (УБИХИНОЛ)
- » Ферменты, аминокислоты и гормоны
- » Витамины для здоровья глаз<sup>\*</sup>
- » Пробиотики для общего состояния здоровья и пробиотики
- » Здоровье сердца и незаменимые жирные кислоты (рыбий жир<sup>†</sup>, льняное масло, gamma-linolenic acid (GLA - гамма-линоленовая кислота), и т. д.)
- » Железо<sup>\*†</sup>
- » Здоровье суставов
- » Поддержка при менопаузе (соя)
- » Витамины (поливитамины, мульти-минералы, пренатальные витамины) <sup>\*†</sup>

## Продукты здорового питания

### ☑ Еда и напитки

- » Принадлежности для выпечки/приготовления пищи (разрыхлитель, дрожжи и т.д.)
- » Бутилированная вода
- » Хлеб, булочки и тортильи
- » Продукты для завтрака (выпечка в тостере, злаковые батончики, гранола и батончики из мюсли)
- » Мясные консервы
- » Консервированные морепродукты
- » Консервированные фрукты и овощи в жестяных или стеклянных банках (включая сальсу и необработанную фасоль)
- » Хлопья, блинчики и вафли
- » Какао, кофе и чай (сухие или жидкие)
- » Приправы, соусы, подливки, майонез и заправка для салата
- » Крекеры
- » Молочные продукты (молоко, сыр, сливочное масло, сметана и взбитые сливки)
- » Сухофрукты, фруктовые закуски
- » Сухие и жидкие/концентрированные смеси для напитков
- » Сухие бобы и макаронные изделия
- » Обогащённая вода
- » Мука, кукурузная мука, мука из орехов и семян, смеси для выпечки хлеба и бисквита
- » Замороженные продукты (фрукты, овощи, мясо, морепродукты, соки, полуфабрикаты)
- » Травы, специи и приправы
- » Лёд
- » Джемы, желе, сладкие намазки, сироп
- » Соки, соковые смеси, напитки и пунши (включая игристые)
- » Маргарин
- » Мясо (птица, говядина, колбаса, вяленое мясо, холодные мясные закуски для ланча)
- » Орехи, семечки и смесь из сухофруктов и орехов
- » Растительные масла и кулинарный жир
- » Арахисовое масло (и другие ореховые масла)
- » Готовые блюда (тушеные консервы, разогревайте и ешьте)
- » Сельскохозяйственная продукция (фрукты и овощи)
- » Рис и цельные злаки
- » Морепродукты
- » Супы
- » Соевое и другое ореховое молоко
- » Газированная вода
- » Спортивные напитки – разновидность энергетического напитка компании PepsiCo Gatorade и другие
- » Сахар – белый, коричневый и сахарная пудра
- » Помидорный/для спагетти/соус альфредо/питательный соус
- » Цельные яйца и заменители яиц
- » Йогурт

### ☑ **Контроль за весом/питательные продукты**

---

- » Мочегонные средства\*
- » Пищевые весы\*
- » Пероральная регидратационная терапия для поддержания общего состояния здоровья
- » Питательные батончики, жидкости и порошки
- » Спортивные/энергетические батончики, жидкости, порошки, таблетки и капсулы
- » Заменители сахара и соли
- » Загустители и предварительно сгущенные напитки/пищевые продукты\*
- » Очищение и детоксикация для похудения\*
- » Батончики для контроля за весом
- » Продукты, жидкости и порошки для похудения
- » Таблетки и капсулы для контроля за весом\*

## Другие, обеспеченные страхованием наименования

### ☑ **Бытовые удобства**

---

- » Природный газ
- » Электричество
- » Вода
- » Забор мусора
- » Интернет

\* **Товары двойного назначения.** Это продукты или медикаменты, которые вы должны приобретать только по рекомендации вашего лечащего врача.

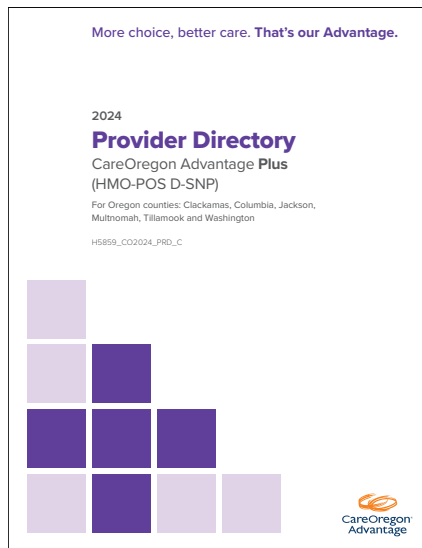
† Некоторые товары из этих категорий могут подпадать под действие вашего страхования по программе Medicare или Medicaid. Если какой-либо товар обеспечивается страхованием по программе Medicare или Medicaid, вам не следует использовать свою карту Care для его покупки, поскольку он оплачивается из средств других программ и не является частью вашей дополнительной льготы для покупки товаров OTC. Например, марлевые салфетки могут быть обеспечены страхованием части D, когда они используются по рецепту для введения инсулина. Или отпускаемый без рецепта препарат лоратадин, отпускаемый по рецепту врача, может обеспечиваться страхованием по программе Medicaid. В таких ситуациях вам следует предъявить свой рецепт и удостоверение члена плана CareOregon Advantage у стойки аптеки.



## Ваши материалы члена плана онлайн

Начиная с 15 октября, справочник аптек программы CareOregon Advantage за 2025 год, справочник поставщиков медицинских услуг, список лекарственных препаратов (фармакологический справочник) и Evidence of Coverage (свидетельство страхования)

можно найти онлайн для справки.

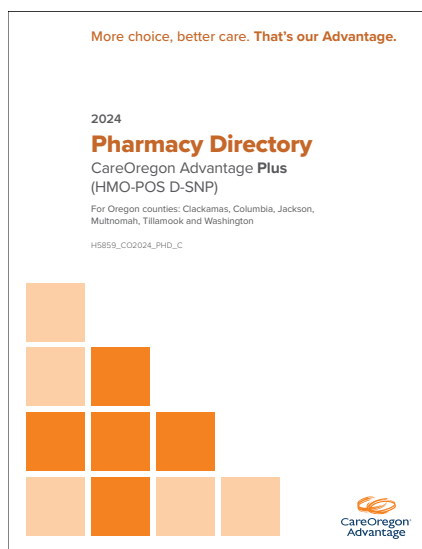


### Справочник поставщиков медицинских услуг.

Обновляется каждый день. Осуществляйте поиск врачей, специалистов, поставщиков оборудования и многого другого.

Посетите веб-сайт

[careoregonadvantage.org/providersearch](https://careoregonadvantage.org/providersearch)

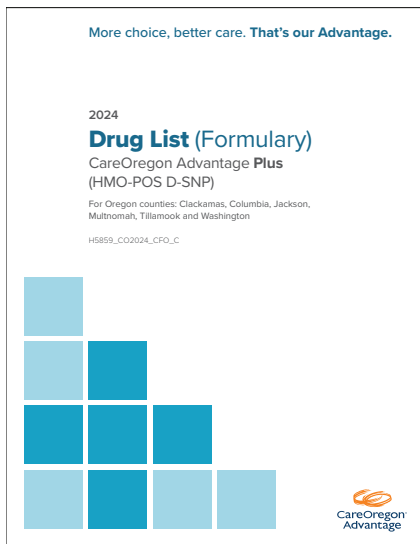


**Справочник аптек:** найдите место, где можно получить свои лекарственные препараты по рецепту.

Посетите веб-сайт

[careoregonadvantage.org/pharmacy](https://careoregonadvantage.org/pharmacy)



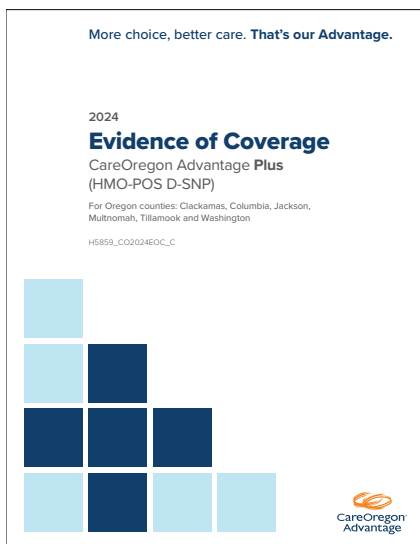


## Список лекарственных препаратов (Фармакологический справочник).

Обновляется каждый месяц. Получите информацию о том, какие рецептурные лекарственные препараты мы оплачиваем.

Посетите веб-сайт

[careoregonadvantage.org/druglist](https://careoregonadvantage.org/druglist)



## Документ Evidence of Coverage (свидетельство о страховании).

Вся информация о вашем плане.

Посетите веб-сайт

[careoregonadvantage.org/materials](https://careoregonadvantage.org/materials)



## Запрос на предоставление бумажных копий

Вы также можете позвонить или отправить нам по электронной почте запрос на отправку вам бумажных копий любой из перечисленных выше книг. Вы можете связаться с нашей службой поддержки клиентов по телефону 503-416 4279, бесплатному телефону 888-712-3258 или для лиц с нарушениями слуха ТTY 711. Наш адрес электронной почты:

[medicareenrollmentservices@careoregon.org](mailto:medicareenrollmentservices@careoregon.org)



## Дискриминация противоречит закону

План CareOregon Advantage соответствует применимым федеральным законам о гражданских правах и в его рамках не допускается дискриминация по признаку расовой принадлежности, цвета кожи, национального происхождения, возраста, ограниченных возможностей здоровья или пола. План CareOregon Advantage не исключает лиц из числа участников в ней и не относится к ним по-разному из-за расовой принадлежности, цвета кожи, национального происхождения, возраста, ограниченных возможностей здоровья, пола, религии, гендерной идентичности, сексуальной ориентации или семейного положения.

### План CareOregon Advantage:

- Предоставляет бесплатные вспомогательные средства и услуги лицам с ограниченными возможностями для эффективного общения с нами, такие как:
  - > Услуги квалифицированных сурдопереводчиков
  - > Письменная информация в других форматах (крупный шрифт, аудио, доступные электронные форматы, другие форматы)
- Предоставляет бесплатные языковые услуги лицам, чей основной язык не является английским, такие как:
  - > Услуги квалифицированных переводчиков
  - > Информация, написанная на других языках

Если вы нуждаетесь в этих услугах, обратитесь в службу поддержки членов плана CareOregon Advantage. Если вы считаете, что план CareOregon Advantage не предоставил эти услуги или вы подверглись дискриминации иным образом по признаку расовой принадлежности, цвета кожи, национального происхождения, возраста, ограниченных возможностей здоровья или пола, вы можете подать жалобу:

Grievance Coordinator (координатор по рассмотрению жалоб)

315 SW Fifth Ave

Portland, OR 97204

Бесплатный телефон: 888-712-3258

Для лиц с нарушениями слуха ТТҮ: 711

Факс 503-416-1313

Адрес эл. почты: **[customerservice@careoregon.org](mailto:customerservice@careoregon.org)**

Вы можете подать жалобу лично или по почте, факсу или электронной почте.

Если вам нужна помощь в подаче жалобы, служба поддержки клиентов готова вам помочь. Вы также можете подать жалобу о нарушении гражданских прав в Office for Civil Rights (управление по гражданским правам) U.S. Department of Health and Human Services (Департамента здравоохранения и социального обеспечения США) в электронном виде через портал Office for Civil Rights, доступный по адресу **[ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf](https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf)**, либо по почте, либо телефону по адресу:

U.S. Department of Health and Human Services

(Департамент здравоохранения и социального обеспечения США)

200 Independence Avenue, SW

Room 509F, ННН Building

Washington, D.C. 20201

800-368-1019, TDD (telecommunications device for the deaf -

телекоммуникационное устройство для глухих) 800-537-7697

Бланки жалоб предлагаются на веб-сайте

**[link.careoregon.org/ocr-complaint-form](https://link.careoregon.org/ocr-complaint-form)**

**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 드리 고자 무료 통역 서비스를 제공하고 있습니다. 통역 서비스를 이용하 려면 전화 888-712-3258번으로 문의해 주십시오. 한국어를 하는 담 당자가 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 Italianovi 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、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।

Вы можете получить эту информацию на других языках, крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в удобном для вас формате. Вы также можете запросить услуги переводчика. Эта помощь предоставляется бесплатно. Звоните по номеру 888-712-3258 или ТТУ 711. Мы принимаем звонки через службы ретрансляции.





## **Служба поддержки членов плана CareOregon Advantage**

Телефон: 503-416-4279 или бесплатная линия 888-712-3258,  
для лиц с нарушениями слуха TTY 711

### **Часы работы:**

С 8 до 20 семь дней в неделю с 1 октября до 31 марта

С 8 до 20 с понедельника по пятницу с 1 апреля до  
30 сентября

План льготного медицинского страхования CareOregon Advantage Plus — это план HMO-POS D-SNP с контрактом, заключённым с программой Medicare/Medicaid.

Регистрация для участия в плане CareOregon Advantage Plus зависит от продления контракта.

H5859\_CO2025\_WELC\_M

[careoregonadvantage.org](https://careoregonadvantage.org)

COA-24824556-RU-1212

