



건강 플랜 최대한 활용하기

시작 안내서

행동 건강 서비스 특약

내부에서 다음 사항을 확인하십시오.

- 도움 받기 - 3페이지
- 플랜 정보 요청 - 4페이지
- 건강상 필요에 대해 알아보기 - 4페이지
- 보장되는 혜택 - 5페이지
- 진료 받기 - 7페이지
- 추가 자원 - 8페이지
- 진료 조정 및 지원 프로그램 - 10페이지
- 불만 및 이의 제기 - 11페이지
- 중요한 번호 - 뒷면 커버



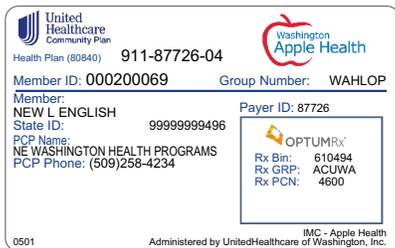
간단합니다. 이는 당사의 약속입니다.

UnitedHealthcare Community Plan에 오신 것을 환영합니다! 저희는 귀하가 훌륭한 진료를 받으시길 바랍니다.

귀하의 플랜에는 정신 건강 및 약물 사용 치료와 같은 행동 건강 혜택이 포함되어 있습니다. 보장되는 혜택에 대하여 귀하가 부담하는 비용은 없습니다.

곧 가입자 서비스 팀으로부터 환영 전화를 받으실 것입니다. 이들은 귀하의 혜택에 대해 논의하고, 귀하의 질문에 답변하며, 귀하가 건강 평가를 완료하는 데 도움을 드릴 것입니다.

진료를 받을 때 다음 두 카드를 지참하십시오.



위 카드는 UnitedHealthcare Community Plan 가입자 ID 카드입니다. 이 카드를 받지 못하셨다면 **1-877-542-8997**, TTY**711**번으로 전화 주십시오.

또한 myuhc.com/CommunityPlan 또는 UnitedHealthcare 앱에서 가입자 ID 카드를 찾아볼 수 있습니다.

위 카드는 ProviderOne 서비스 카드입니다. 이 카드를 받지 못한 경우 다음 방법으로 State Health Care Authority에 연락하여 교체를 요청하십시오.

- ProviderOne 고객 포털 웹사이트 방문:
waproviderone.org/client
- **1-800-562-3022** 전화
- fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client에서 “Services Card”(서비스 카드)를 선택하여 온라인으로 카드 요청.

도움 받기

저희는 필요한 정보를 쉽게 얻을 수 있도록 지원합니다.

저희가 도와드리겠습니다

가입자 서비스는 다음 사항에 있어서 도움을 드릴 수 있습니다.

- 행동 건강 서비스 제공자 찾기
- 불만 또는 이의 제기
- 보장되는 혜택 알아보기
- 어떤 질문에도 답변 가능
- 신규 가입자 ID 카드 수령
- 진료 예약

가입자 서비스에 연락하려면 **1-877-542-8997**, TTY **711** 번으로 월요일~금요일, 오전 8시~오후 5시 사이에 전화 주십시오. 다른 언어로 도움이 필요하거나 다른 형식의 정보가 필요하시면 저희에게 알려주시기 바랍니다.



의사 찾기/
변경



ID 카드 보기/
인쇄



혜택 보기

연결하기

- 저희의 안전한 가입자 웹사이트 **myuhc.com/CommunityPlan**을 방문하십시오. 다음을 수행할 수 있습니다.
 - 혜택에 대한 세부 정보 찾기
 - 네트워크 내 서비스 제공자 검색
 - UnitedHealthcare Community Plan 가입자 ID 카드 사본 수령
- UnitedHealthcare 모바일 앱을 다운로드하십시오. 이 앱은 이동 중인 사람들이 사용하기 편하며 **myuhc.com/CommunityPlan**과 기능이 많이 동일합니다.
- **UHCCP.com/wa/bhso**를 방문하십시오. 이 공개 웹사이트에는 혜택, 네트워크 서비스 제공자 등에 대한 기본 정보가 있습니다.



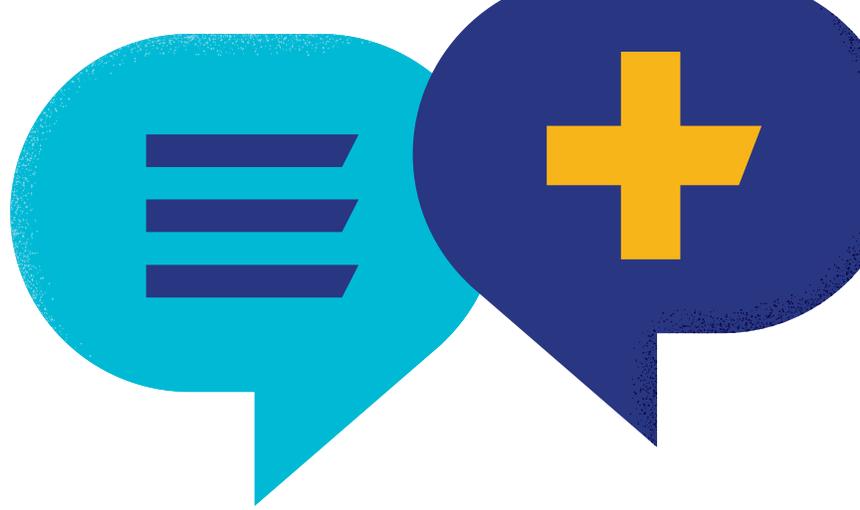
가입자 서비스
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



UnitedHealthcare 앱



계획 정보 요청



가입자 핸드북

혜택 및 진료를 받는 방법에 대한 세부 정보. 또한 여기에는 가입자 권리와 책임, 사전 의료지시서, 불만 또는 이의 제기 방법, 개인정보보호 관행 고지가 포함되어 있습니다.



서비스 제공자 명부

지역 내 네트워크 의사 및 병원 목록. myuhc.com/CommunityPlan에서 네트워크 서비스 제공자의 최신 목록을 확인하고 “Find care”(치료 찾기)를 선택합니다.

귀하의 건강상 필요에 대해 알려주십시오

최상의 컨디션을 유지하실 수 있도록 도움을 드리려면 저희는 귀하를 더 잘 알아야 합니다. 간단한 건강 평가를 통해 건강상 필요에 대해 알아보세요. 단 몇 분이면 되므로 가능한 한 빨리 완료해 주십시오.

귀하가 해야 할 사항:

1. UnitedHealthcare Community Plan의 가입자인 가족 각 사람에 대해 건강 평가 양식을 작성합니다.
2. 이 책자에 포함된 양식을 사용하거나 myuhc.com/CommunityPlan의 온라인 양식을 작성할 수 있습니다.
3. 작성한 건강 평가를 이 패킷에 포함된 반송 봉투에 넣어 저희에게 반송합니다.

건강 평가에 도움이 필요하시면, 가입자 서비스에 **1-877-542-8997**, TTY **711**번으로 전화하십시오.

이러한 자료를 얻는 방법

전화 — 우편으로 무료 자료 사본을 요청하려면 **1-877-542-8997**, TTY **711**번으로 가입자 서비스에 전화합니다.

온라인 — myuhc.com/CommunityPlan, UHCCP.com/wa/bhso, 또는 **UnitedHealthcare** 모바일 앱을 방문합니다.

우편 — 이 패킷에 포함된 봉투에 첨부된 양식을 작성합니다. 양식을 떼어내어 봉투에 넣고 봉인한 후 저희에게 반송합니다.

보장되는 혜택

보장되는 혜택은 무료로 제공됩니다. 저희 네트워크에 소속된 의사 및 병원을 이용해야 합니다. 즉, 저희 Apple Health 가입자를 돌보는 데 동의한 의사 및 병원을 이용해야 합니다.

아메리칸 인디언/알래스카 원주민 가입자는 서비스 제공자가 네트워크 소속이 아니더라도 인디언 의료 서비스 제공자(Indian Health Care Provider, IHCP)에서 행동 건강 진료를 받을 수 있습니다.

일부 혜택은 주치의로부터 진료 의뢰를 받거나 진료를 받기 전에 주치의가 승인을 요청해야 할 수 있습니다.

보장되는 혜택 개관	귀하의 비용
정신 건강 치료 평가 및 사정 요법 - 개인, 가족 및 그룹 동료 지원 외래, 재택 및 입원 치료 투약 관리 진료 관리	\$0
약물 사용 장애(SUD) 치료 평가 요법 - 개인, 가족 및 그룹 동료 지원 외래, 재택 및 입원 치료 금단 관리(중독 치료) 진료 조정	\$0
병원 진료 입원환자 정신 건강 서비스 외래환자 정신 건강 서비스	\$0
오피오이드 사용 장애를 위한 약물치료(MOUD)	\$0
위기 서비스	\$0

보장되는 혜택은 다음 페이지에서 계속됩니다.



보장되는 혜택 개관	귀하의 비용
도박 문제 장애 치료 중재	\$0
행동 건강을 위한 응급 및 긴급 치료	\$0
의료 교통편* 응급 비응급	\$0

*교통편은 ProviderOne 서비스 카드를 사용하면 Apple Health에서 직접 보장합니다.

개인 간호 서비스, 각성 서비스, 알코올/약물 교육과 같은 추가적인 행동 건강 서비스는 제한된 주 일반기금 (General Funds-State, GFS) 예산을 통해 제공될 수 있습니다. 서비스는 지역별로 다르며 의학적으로 필요한 것이어야 합니다. 이러한 서비스를 이용하려면 귀하의 정신 건강 서비스 제공자와 상의하십시오.

제 신체 건강 관리 혜택은 어떻게 되나요?

이 행동 건강 플랜은 정신 건강 및 약물 사용 장애 치료 서비스를 보장합니다. 귀하는 Medicare, 매니저드 케어 플랜이 없는 Apple Health, 민간 건강 보험, 또는 Indian Health Center와 같은 다른 방식으로 신체 건강 서비스를 받습니다.

처방전은 어떻게 되나요?

행동 건강 처방은 귀하의 BHSO 플랜에 의해 보장되지 않습니다. 대신, 처방은 신체 건강 혜택의 일환으로 보장됩니다. Medicare Part D 보험 가입자는 Medicare Part D 플랜을 통해 처방 보장을 받을 수 있습니다. 처방약 보장에 대한 정보는 귀하의 신체 건강 케어 플랜에 문의하십시오.

서비스 제공자는 보장되는 혜택에 대해 귀하에게 비용을 청구할 수 없습니다. 그래도 청구서를 받은 경우, 가입자 서비스 1-877-542-8997, TTY 711번으로 전화 주십시오.

진료 받기

정신 건강 센터

정신 건강 및 약물 사용 장애에 대한 도움을 받을 수 있습니다. 담당 주치의의 의뢰는 필요 없습니다.

myuhc.com/CommunityPlan “Find care” (치료 찾기) 탭을 검색하여 의료 제공자를 찾거나 가입자 서비스 **1-877-542-8997**, TTY **711**번으로 전화하십시오.

위기 서비스

행동 건강 위기를 겪고 있다면 즉시 도움을 받는 것이 중요합니다. 행동 건강 위기는 누군가의 행동이 자신이나 타인을 위험에 빠뜨릴 수 있는 순간이며, 특히 도움을 받지 못하는 경우에는 더욱 그렇습니다. 위기 상담 전화번호는 가입자 ID 카드 및 본 가이드의 “중요한 번호” 페이지에 기재되어 있습니다. **행동 건강 응급 상황일 경우, 911로 전화하거나 가장 가까운 응급실로 가십시오.**

하루 24시간/주 7일 NurseLine

아프거나 다쳤을 때는 응급실에 가야 하는지, 긴급 치료를 받아야 하는지, 의사를 예약해야 하는지, 또는 집에서 스스로 치료해야 하는지 모를 수 있습니다. 숙련된 간호사가 결정을 도와드릴 수 있습니다. NurseLine **1-877-543-3409**, TTY **711**번으로 연중무휴 언제든지 전화하십시오.

응급 치료 및 긴급 치료

- **응급 치료:** 누군가나 자신을 해칠 수 있다고 생각되면, 즉시 **911**로 전화하거나 가장 가까운 응급실로 가십시오.
- **긴급 치료:** 즉시 치료가 필요한 행동 건강 문제가 있으나 생명에는 위험이 없는 경우 긴급 치료를 이용하십시오. **myuhc.com/CommunityPlan**의 “Find care”(치료 찾기) 탭에서 긴급 치료 클리닉을 찾으십시오.

원격의료(행동 건강 가상 진료)

원격의료를 통해 화상 통화와 마찬가지로 전화나 컴퓨터를 사용하여 온라인으로 행동 건강 서비스 제공자를 방문할 수 있습니다. 이는 서비스 제공자의 진료실을 방문하지 않고 진료를 받는 데 도움이 됩니다.

원격의료는 보장되는 혜택입니다. 다음 원격의료 서비스 제공자로부터 진료를 받을 수 있습니다.

Bright Heart Health: 정신 건강, 오피오이드 남용, 약물 남용 장애, 섭식 장애, 오피오이드 사용 장애 치료제, 만성 통증 관리 서비스.

- **1-800-892-2695**
- **brighthearthealth.com**

Eleanor Health: 약물 사용 장애 치료.

- **eleanorhealth.com**

BoulderCare: 약물 사용 장애 치료.

- **boulder.care**

Charlie Health: 청소년을 위한 맞춤형 집중 외래환자 프로그램.

- **1-866-508-7084**
- **charliehealth.com**

교통편

비용급 의료 교통편은 Washington State Health Care Authority에서 보장합니다. 진료를 받기 위해 교통편이 필요한 경우 이를 마련할 수 있습니다. 브로커 명단은 **hca.wa.gov/transportation-help**에 있습니다. 응급 교통편도 보장됩니다.





추가 자원

UnitedHealthcare Community Plan과 워싱턴주는 귀하의 행동 건강을 지원하기 위한 추가 자원을 제공합니다.

AbleTo

명상 및 호흡 운동과 같은 정서적 건강 도구에는 자기 관리 앱을 사용하십시오. ableto.com/begin을 방문하십시오. UnitedHealthcare Community Plan 가입자 ID 번호를 액세스 코드로 사용하십시오.

Live and Work Well

삶에는 어려움이 따릅니다. 우리 모두는 때때로 도움이 필요합니다. 스트레스를 받거나, 불안감을 느끼거나, 약물 사용을 관리하고 싶은 경우 지원을 받을 수 있습니다.

몇 가지 질문에 답하시면 귀하의 필요에 따라 이용 가능한 최고의 혜택과 자원을 안내해 드리겠습니다. 본인이나 가족 구성원을 위해 지원을 받을 수 있습니다. 행동 건강, 관계, 직장 생활 및 건강한 생활 자원에 대해 알아보려면 liveandworkwell.com/en/member/uhcwa를 방문하십시오

UnitedHealthcare OMW™ (On My Way)

이 프로그램은 청년들이 독립적인 삶을 위한 삶의 기술을 배우는 데 도움이 됩니다. uhcOMW.com을 방문하십시오.

지역사회에서 도움 받기

Optum.findhelp.com에서 식료품, 주택, 고용 등에 관한 현지 지원을 찾아보거나 myuhc.com/CommunityPlan에 있는 Health & Wellness 탭으로 가십시오.

행동 건강 옹호자로부터 도움 받기

행동 건강 옹호자는 무료로 귀하를 돕고 귀하의 정보를 비밀로 유지할 수 있는 사람입니다. 불만 또는 이의와 같이 행동 건강 관리에 문제가 있는 경우 도움을 드릴 수 있습니다.

행동 건강 옹호자는 UnitedHealthcare Community Plan에 속하지 않으며 개인 또는 가족의 행동 건강에 대한 경험을 가지고 있습니다.

1-800-366-3103번으로 전화하거나 info@obhadvocacy.org로 이메일을 보내 행동 건강 옹호자에게 연락할 수 있습니다.



약물 사용 헬프라인은 단 한 통의 전화로 연결됩니다

당사의 헬프라인은 익명이며, 비밀이 보장되며, 언제든지 이용 가능합니다. **1-855-780-5955**번으로 전화하십시오.

약물 사용 문제를 해결하는 일은 두렵고 감당하기 어려울 수 있습니다. 걱정스럽고 무력감을 느낄 수 있습니다. 귀하는 혼자가 아닙니다. 수백만 명의 다른 사람들도 이 문제를 해결하고 있습니다. 약물 사용은 약함의 표시가 아닙니다. 이는 치료 가능한 질병입니다. 그리고 저희가 도와드리겠습니다.

당사의 헬프라인은,

- 익명이며
- 비밀이 보장되며
- 언제든지 이용 가능합니다

\$0

무료로 이용
가능합니다.

헬프라인에는 고도로 훈련되고 자격증을 갖춘 회복 지원 전문가들이 근무하고 있습니다. 이들은 귀하의 우려 사항과 필요 사항에 관해 귀하와 상의할 것입니다. 이들은 귀하를 교육하고 안내할 수 있습니다. 회복 지원 전문가는 치료 계획을 수립할 약물 사용 치료 전문가에게 귀하를 의뢰할 수 있습니다. 약물 사용 장애 치료는 보장되는 혜택이며, 귀하가 부담해야 할 비용은 없습니다.

전문적인 도움을 받아야 하는 경우

자신이나 사랑하는 사람을 위해 치료를 받아야 할 때를 어떻게 알 수 있을까요? 도움을 받을 때가 되었다는 많은 징후가 있습니다.

- 체중 감소 또는 외모의 악화
- 기분 변화 또는 성격의 이상한 변화
- 책임 소홀
- 행동의 갑작스러운 변화

Hazelden's Virtual Family Program을 이용해 보세요



사랑하는 사람의 약물 또는 알코올 사용에 대해 걱정하시는 분이라면 누구나 거주 지역에 관계없이 무료로 이용할 수 있습니다. 사랑하는 사람이 현재 중독 상태이든, 치료를 받고 있든, 회복 중이든 상관없이, 귀하와 귀하의 가족은 이 하루 종일 진행되는 온라인 프로그램의 혜택을 받을 수 있습니다. 이 프로그램에는 중독 질환에 대한 교육 영상, 인쇄물, 동료 피드백 및 지원, 대처 기술, 상담사와의 질의응답이 포함됩니다. hazeldenbettyford.org/treatment/family-children/family-program을 방문하십시오.



가입자 서비스
1-877-542-8997, TTY 711



myuhc.com/CommunityPlan



UnitedHealthcare 앱

진료 조정 및 지원 프로그램 알아보기

UnitedHealthcare Community Plan은 행동 건강 케어 관리 및 진료 조정 서비스를 제공합니다. 당사의 케어 매니저는 귀하의 주치의 및/또는 다른 기관과 협력하여 필요한 서비스와 귀하의 필요를 충족하는 지원을 찾을 수 있도록 돕습니다. 귀하 또는 귀하의 간병인은 **1-877-542-8997**, TTY **711**번으로 전화하여 진료 조정을 요청할 수 있습니다.

서비스에 포함되는 내용

- 진료 및 혜택 문제 지원
- 지역사회 자원과 연결
- 담당 의사와의 진료 조율
- 진료를 받기 어렵게 만드는 문제 해결 지원
- 건강상의 필요 평가 및 목표 설정 지원
- 전화 통화 및 필요 시 가정 방문 준비
- 자기 관리 스킬 교육 및 증상 관리를 위한 건강 교육 제공



지원 프로그램 또는 진료 조정에 연결하려면 가입자 서비스에 **1-877-542-8997**, TTY **711** 번으로 전화하십시오.



정신 건강 사전 의사 결정서

정신 건강 사전 의사 결정서는 귀하의 정신 건강 문제가 심각해져 타인의 도움이 필요한 경우 귀하가 원하는 바를 기술하는 법적 서류입니다. 동 서류는 귀하의 판단력이 손상되고/되거나 귀하가 효과적으로 의사소통을 할 수 없는 경우에 필요할 수 있습니다.

귀하가 원하는 치료와 원하지 않는 치료에 관해 타인에게 알려줄 수 있으며, 귀하를 대신하여 의사결정을 할 수 있는 권한을 부여받은 사람을 알려줄 수 있습니다.

UnitedHealthcare Community Plan, 행동 건강 치료 서비스 제공자 또는 행동 건강 옹호자 또한 동 양식을 작성하는 데 도움을 드릴 수 있습니다.

정신 건강 사전 의사 결정서 양식 및 자세한 정보는

washingtonlawhelp.org/resource/mental-health-advance-directives에서 확인하십시오.

서비스 제공자, UnitedHealthcare 또는 진료의 일부가 마음에 들지 않으십니까?

불만

만족스럽지 않은 경우 불만(고충)을 제기할 권리가 있습니다.

- 가입자 서비스에 전화하여 “고충을 제기하고 싶습니다”라고 말합니다.
- 불만을 설명하십시오.
- 귀하의 불만을 검토하고 45일 이내에 결과와 함께 서신을 보내드릴 것입니다.



이의 제기

귀하의 서비스 제공자가 귀하의 치료에 대한 승인을 요청했고 저희가 이를 거부한 경우, 동의하지 않으면 저희에게 재고를 요청할 수 있습니다. 이를 이의제기라 부릅니다.

이의 제기 방법

- 가입자 서비스에 전화하여 “이의를 제기하고 싶습니다”라고 말합니다.
- 승인되지 않은 치료에 대해 설명합니다.
- 자세한 내용은 저희가 귀하의 서비스 제공자에게 연락할 것입니다.
- 일반적으로 14일 내에 결정서를 받게 됩니다. 시간이 더 필요하다면 귀하에게 알릴 것입니다.

신속한(빠른) 이의 제기 방법

의학적 치료 또는 행동 건강 치료의 경우, 신속 이의 제기를 요청할 수 있습니다.

- 가입자 서비스에 전화하여 “신속한 이의를 제기하고 싶습니다”라고 말합니다.
- 빠른 결정이 필요한 이유를 설명합니다.
- 귀하의 요청을 검토하여 3일 내에 결정을 내리고 5일 내에 서신을 보내드립니다.

이의 제기가 거부된 경우

- 가입자 서비스에서 행정법판사의 검토를 요청하는 방법 및 치료 승인을 받을 수 있는 다른 옵션에 관해 알려드릴 수 있습니다.

고충 및 이의 제기에 대한 자세한 정보는 myuhc.com/CommunityPlan에 있는 가입자 핸드북에서 확인할 수 있습니다.

고충 또는 이의를 제기하려면

- 가입자 서비스 **1-877-542-8997**, TTY **711**번으로 전화하십시오.
- 다음 주소로 서신을 보내십시오.
**UnitedHealthcare Community Plan
Grievances and Appeals**
P.O. Box 31364
Salt Lake City, UT 84131-0364
- 다음 번호로 팩스를 보내십시오. **1-801-994-1082**
- 온라인으로 myuhc.com/CommunityPlan을 방문하십시오.

차별은 법률 위반입니다. 당사는 해당 연방 민권법을 준수하며 인종, 피부색, 출신 국가, 나이, 장애, 성별, 성적 지향 또는 성 정체성을 이유로 사람을 차별 또는 배제하거나 다르게 대우하지 않습니다.

귀하가 당사로부터 차별적인 대우를 받았다고 생각하시는 경우, 시민권 전담관에게 불만을 제기하실 수 있습니다.

이메일: UHC_Civil_Rights@uhc.com

우편: Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608, Salt Lake City, UT 84130

불만 사항과 관련하여 도움이 필요한 경우 **1-877-542-8997**, TTY **711**로 전화하시기 바랍니다(오전 8시~오후 5시, 월요일~금요일).

또한 미국 보건사회복지부(Department of Health and Human Services)의 민권 사무국(Office for Civil Rights)에 불만을 제기할 수 있습니다.

온라인: <https://www.hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/index.html>

전화: 무료 전화 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

우편: U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Ave SW, HHH Building, Room 509F
Washington, D.C. 20201

당사는 장애가 있는 사람들이 당사와 효과적으로 의사소통을 할 수 있도록 다음과 같은 무료 보조 지원 및 서비스를 제공합니다.

- 유자격 수화 통화사
- 다른 형식(큰 활자체, 음성, 사용 가능한 전자 형식, 기타 형식)의 서면 정보

또한 당사는 영어가 모국어가 아닌 사람들에게 다음과 같은 무료 언어 서비스를 제공합니다.

- 자격을 갖춘 통역사
- 다른 언어로 작성된 정보

이러한 서비스가 필요하시면 가입자 서비스부에 **1-877-542-8997** (TTY 사용자는 **711**)번으로 월요일부터 금요일까지 오전 8시~오후 5시까지 전화주십시오.

이 고지는 <https://www.uhc.com/legal/nondiscrimination-and-language-assistance-notice>에서 확인할 수 있습니다.

1-877-542-8997, TTY 711

English: ATTENTION: Translation and other language assistance services are available at no cost to you. If you need help, please call the number above.

Spanish: ATENCIÓN: La traducción y los servicios de asistencia de otros idiomas se encuentran disponibles sin costo alguno para usted. Si necesita ayuda, llame al número que se indica arriba.

Amharic: ማሳሰቢያ፡- የትርጉም እና ሌሎች የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶችን ያለ ምንም ወጪ ማግኘት ይችላሉ። እርዳታ ከፈለጉ እባክዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

Arabic: تنبيه: تتوفر خدمات الترجمة وخدمات المساعدة اللغوية الأخرى لك مجاناً. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، يرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

Burmese: သတိမူရန်- သင့်အတွက် အခကြေးငွေ ကုန်ကျမှု မရှိဘဲ ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းနှင့် အခြားသော ဘာသာစကား အကူအညီ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်ပါသည်။ အကူအညီလိုအပ်ပါက အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကို ခေါ်ဆိုပါ။

Cambodian: យកចិត្តទុកដាក់៖ ការបកប្រែ និងសេវាជំនួយផ្នែកភាសាផ្សេងទៀត គឺអាចរកបានដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយ សូមហៅទូរសព្ទមកលេខខាងលើ។

Chinese: 注意：您可以免費獲得翻譯及其他語言協助服務。如果您需要協助，請致電上列電話號碼。

Korean: 참고: 번역 및 기타 언어 지원 서비스를 무료로 제공해 드립니다. 도움이 필요하시면 위에 명시된 번호로 전화해 주십시오.

Laotian: ເລື່ອງ: ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປພາສາ ແລະ ພາສາອື່ນໆໃຫ້ແກ່ທ່ານໂດຍບໍ່ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ, ກະລຸນາໃບຫາເບີຂ້າງເທິງ.

Oromo: FUULEFFANNAA: Tajaajiloonni hiikkaa fi deeggarsa afaanii biroon kaffaltii tokko malee isiniif kennamu. Gargaarsa yoo barbaaddan, lakkoofsa armaan ol jiruun bilbilaa.

Persian: توجه: خدمات ترجمه و سایر کمک‌های زبانی به صورت رایگان در اختیار شما قرار دارد. اگر به کمک نیاز دارید، با شماره بالا تماس بگیرید.

Punjabi: ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਰਚ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਪਰੋਕਤ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Romanian: ATENȚIE: Sunt disponibile gratuit servicii de traducere și alte servicii de asistență lingvistică. Dacă aveți nevoie de ajutor, vă rugăm să apălați numărul de mai sus.

Russian: ВНИМАНИЕ! Услуги перевода, а также другие услуги языковой поддержки предоставляются бесплатно. Если вам требуется помощь, пожалуйста, позвоните по указанному выше номеру.

Somali: Turjumaada iyo adeegyada kale ee kaalmada luuqadda waxaad ku heleysaa lacag la'aan. Haddii aad u baahan tahay adigu caawimaad, fadlan wac lambarka kor kuqoran.

Swahili: ANGALIA: Tafsiiri na huduma zingine za usaidizi wa lugha zinapatikana bila gharama kwako. Ikiwa unahitaji msaada, tafadhali piga simu kwa nambari iliyo hapo juu.

Tagalog: ATENSYON: Ang pagsasalin at iba pang mga serbisyong tulong sa wika ay magagamit mo nang walang bayad. Kung kailangan mo ng tulong, mangyaring tawagan ang numero sa itaas.

Tigrigna: ኣቐልበ:- ናይ ትርጉምን ካልእ ናይ ቋንቋ ኣገዝ ኣገልግሎታትን ብዘይ ዝኾነ ወጻኢታት ይወሃበኩም። ኣገዝ ምስ እትደልዩ በዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ቁጽረ ደውሉ።

Ukrainian: УВАГА! Послуги перекладу та інші послуги мовної підтримки надаються вам безкоштовно. Якщо вам потрібна допомога, будь ласка, зателефонуйте за вказаним вище номером.

Vietnamese: CHÚ Ý: Dịch vụ dịch thuật và hỗ trợ ngôn ngữ khác được cung cấp cho quý vị miễn phí. Nếu quý vị cần trợ giúp, vui lòng gọi số ở trên.

Kosraean: MWE AHK KAHLWEMYE: Asr kahsrüh in kas in lweng kuh luhngas e wacngihn molo nuh sum. Efihn kom enenuh kahsrüh, nuhnakmuhnas pahngon numbu se sihmlac luhng nge.

Marshallese: KŌJJELĀ: Jipañ ko ikkijien ukook ilo peba im kajin ko jet rej belloko ilo ejjeļok wōñāān ñan eok. Ñe kwōj aikuj jipañ, jouj im kall e nōmba eo itulōñ.

Palauan: ATTENTION: Ngeseu er a oidel a tekoi me a bebil er a tekoi a ngar er ngii el diak el ocheraol. A lsekum kousbech a ngeseu, momekedong er tia el dengua el ngar er eou.

Pohnpeian: MEHN KAPEHSE: Sawas en kawehwe oh soangen sahpis teikan ohng ekei lokaia kak koda me ke sohte pain pwain. Mah ke anahne sawas, menlau eker nempe me sansal pah.

Chuukese: ESINESIN: Angangen chiaku me aninnis non kapasen fonu ese nifinifin mei kawor non an ese kamo ngonuk. Ika epwe wor chon anisuk, kose mochen kokkori ena nampa asan.

Yapese: MARANG'AG: Pilyeg e thin nge ayuw ko boch e sabethin e kubaaq ni dariy pulwon. Faanra bt'uf e ayuw rom, wenig ngom mu denguwa nag e pii numba ni baaray nga lang.

중요한 번호 및 자원

응급

911

가입자 서비스

1-877-542-8997, TTY 711

월요일 - 금요일, 오전 8시부터 오후 5시

Washington State Health Care Authority

고객 서비스: 1-800-562-3022

치과: 1-800-562-3022

교통편: hca.wa.gov/transportation-help

위기 전화

하루 24시간, 주 7일 이용 가능

King 카운티

1-866-427-4747

Pierce 카운티

1-800-576-7764

**Island, San Juan, Snohomish, Skagit
및 Whatcom 카운티**

1-800-584-3578

Clallam, Jefferson 및 Kitsap 카운티

1-888-910-0416

Thurston 및 Mason 카운티

1-800-270-0041

**Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific
및 Wahkiakum 카운티**

1-800-803-8833

**Asotin, Benton, Columbia, Franklin,
Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman
및 Yakima 카운티**

1-888-544-9986

**Chelan, Douglas, Grant 및 Okanogan
카운티**

1-800-852-2923

Clark, Klickitat 및 Skamania 카운티

1-800-626-8137

**Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille,
Spokane 및 Stevens 카운티**

1-877-266-1818

UnitedHealthcare NurseLine

하루 24시간, 주 7일 이용 가능

1-877-543-3409, TTY 711

Teen Link

십대 청소년은 오후 6시부터 오후 10시까지
다른 십대 청소년과 연락할 수 있습니다.

1-866-833-6546

이메일: teenlink@crisisclinic.org
teenlink.org

전국 자살 예방 생명 전화

정신건강 위기 또는 자살 충동 시 연중무휴로
즉각적인 도움을 드립니다

988번으로 전화하거나 문자를 보내십시오

988lifeline.org

워싱턴 회복 헬프 라인

약물 사용, 문제성 도박 또는 행동 건강
지원에 대해 24시간 위기 중재 및 의뢰 라인.

이메일: recovery@crisisclinic.org
warecoveryhelpline.org

약물 사용 장애 헬프라인

1-855-780-5955

liveandworkwell.com/recovery

UnitedHealthcare 사기 및 학대 핫라인

1-844-359-7736

워싱턴 메디케이드 사기 통제 유닛

MFCUreferrals@atg.wa.gov

Washington Healthplanfinder

자격 갱신, 주소 또는 전화번호 변경

1-855-923-4633, TTY/TDD 1-855-627-9604

wahealthplanfinder.org

