Maaari Kayong Humingi ng Tulong Kung Hindi Kayo Nasisiyahan sa Inyong mga Serbisyo

Kung mayroon kayong mga alalahanin o feedback tungkol sa mga serbisyong inyong natanggap, pakibahagi sa inyong counselor o sa programa. Masidhi kaming naniniwala na ito ang pinakamahusay na paraan para ipahiwatig ang inyong mga alalahanin. Ang mga kawani ng programa ay narito para tugunan ang inyong mga pangangailangan at makinig sa inyo. Kung hindi kayo komportableng makipag-usap sa mga kawani ng programa o patuloy na magkaroon ng mga alalahanin, kontakin ang mga sumusunod na ahensya:

- Para sa tulong sa pag-file kaugnay ng mga serbisyong **inpatient at/o pantirahan**, maaari ninyong tawagan ang **Jewish Family Services (JFS) Patient Advocacy Program** sa (619) 282-1134 o 1-800-479-2233.
- Para sa tulong sa pag-file kaugnay ng mga serbisyong outpatient, maaari ninyong tawagan ang **Consumer Center for Health Education and Advocacy (CCHEA)** nang libre sa (877) 734-3258 (TTY 1-800-735-2929).

Kung mayroon kayong hinaing tungkol sa inyong pangangalaga, nais na iapela ang desisyon na naglilimita sa inyong pangangalaga, o nais na malaman ang katayuan ng isang apela o hinaing, kontakin ang isa sa mga ahensyang nakalista sa itaas. Ang mga benepsiyaryo ng Medi-Cal ay may akses sa mga serbisyo at karapatan gaya ng tinukoy sa mga regulasyon ng Estado at Pederal.

Maaari din kayong maghain ng pinabilis na apela kapag ang karaniwang proseso ay lubhang makapaglalagay sa panganib ng buhay, kalusugan, o kakayahang makamit, magpanatili o mapanumbalik ang maximum na paggana o pagkilos.

Kailangan ng Higit Pang Impormasyon?

Para sa higit na impormasyon sa Proseso ng mga Hinaing at Apela at inyong mga karapatan sa ilalim ng SMHS at DMC-ODS, humiling ng kopya mula sa inyong tagapagkaloob ng **County of San Diego Behavioral Health Member Handbook** o maghanap ng kopya online sa www.optumsandiego.com o sa pahina para sa Benepisyaryo at Mga Pamilya.

Mga Kapaki-pakinabang na Mapagkukunan

Linya para sa Akses at Krisis
888-724-7240 (TTY: 711)

Ang toll-free number na ito ay matatawagan 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo at naglalaan ng mga counselor na makasasagot sa inyong mga tanong at makapagbibigay ng mga referral para sa mga serbisyo sa pangkaisipang kalusugan at mga serbisyo kaugnay ng problema sa paggamit ng droga o alak.

Mobile Crisis Response Team (MCRT)
https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/mcrt.html

Website ng Kalusugan ng Pag-uugali ng County ng San Diego
https://www.sandiegocounty.gov/content/sdc/hhsa/programs/bhs.html

Direktoryo ng mga Tagapagkaloob sa County ng San Diego
https://sdcountybhs.com/ProviderDirectory

Sino ang Dapat Kong Kontakin kung Sumasagi sa Aking Isipan ang Pagpapatiwakal?

Kung ikaw o isang kakilala mo ay nasa krisis, tawagan ang 988 Suicide and Crisis Lifeline sa 988 o ang National Suicide Prevention Lifeline sa 1-800-273-TALK (8255). Available ang chat sa https://988lifeline.org/.

Miyembro ng Kalusugan ng Pag-uugali (Behavioral Health) Mabilis na Gabay

Mga Espesyal na Serbisyo sa Kalusugang Pangkaisipan (SMHS)

Gamot Medi-Cal Organisadong Sistema ng Paghahatid (DMC-ODS)

Rev. March 2026 - Tagalog

Mga Serbisyo para sa Kalusugan ng Pag-uugali

Kung sa tingin ninyo ay kailangan ninyo ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-uugali (behavioral health, BH) gaya ng mga espesyal na serbisyo sa pangkaisipang kalusugan at o mga serbisyo sa problema sa paggamit ng droga o alak, puwede ninyong tawagan ang inyong county gamit ang numero ng teleponong nakalista sa likod ng polyetong ito. Kapag nakipag-ugnayan kayo sa county, sasailalim kayo sa isang pagsusuri at bibigyan ng iskedyul ng appointment para sa isang pagtatasa.

Puwede rin kayong humiling ng mga serbisyo para sa BH mula sa inyong plano ng pinamamahalaang pangangalaga (managed care plan, MCP) kung kayo ay miyembro. Kung natukoy ng MCP na natutugunan ninyo ang pamantayan para magkaroon ng akses sa mga serbisyo para sa BH, tutulungan kayo ng MCP na makakuha ng pagtatasa para makatanggap ng mga serbisyo para sa BH sa pamamagitan ng inyong county. Sa pinal na pagsusuri, walang maling pinto para makakuha ng mga serbisyo para sa BH. Maaari din kayong makatanggap ng mga serbisyo para sa BH sa pamamagitan ng inyong MCP bilang karagdagan sa mga serbisyo para sa BH sa pamamagitan ng inyong county. Maaakses ninyo ang mga serbisyong ito sa pamamagitan ng inyong tagapagkaloob ng BH kung natukoy ng inyong tagapagkaloob na klinikal na naaangkop ang mga serbisyo para sa inyo at hangga't ang mga serbisyong iyon ay kinokoordina at hindi magkakapareho.

Ang Inyong mga Karapatan bilang miyembro ng Medi-Cal:

- Tratuhin nang may personal na paggalang, at paggalang sa iyong dignidad at pribadong buhay.
- Makakuha ng malinaw at madaling maunawaang paliwanag tungkol sa mga opsyon sa paggamot na maaaring makuha.
- Makilahok sa mga desisyon na may kaugnayan sa inyong pangangalagang pangkalusugan para sa pag-uugali. Kabilang dito ang karapatang tumanggi sa anumang paggamot na ayaw ninyong matanggap.
- Kumuha ng handbook para malaman ang tungkol sa mga serbisyo ng county, mga obligasyon ng county, at inyong mga karapatan.
- Humingi ng kopya ng inyong mga medikal na rekord at humiling ng mga pagbabago, kung kinakailangan.
- Maging malaya sa anumang klase ng pagpipigil o pagbubukod na ipinapataw bilang paraan ng pamimilit, disiplina, kaginhawahan, o paghihiganti.
- Makatanggap ng maagap na pag-akses sa pangangalaga 24/7 para sa mga kondisyong pang-emerhensiya, agaran, o may krisis kapag medikal na kinakailangan.
- Kapag hiniling, makatanggap sa tamang oras ng mga nakasulat na materyales sa alternatibong mga format gaya ng Braille, malalaking letra, at audio format.
- Makatanggap ng mga serbisyo para sa kalusugan ng pag-uugali mula sa county na sumusunod sa kontrata ng estado nito hinggil sa availability, kapasidad, koordinasyon, pagsaklaw, at awtorisasyon ng pangangalaga.
- Ipahayag ang inyong mga karapatan nang walang nakasasamang pagbabago sa inyong paggamot.
- Makatanggap ng paggamot at mga serbisyo alinsunod sa inyong mga karapatan na inilarawan sa handbook at sa lahat ng naaangkop na mga batas ng pederal at estado.
- Maaaring mayroon kayong mga karagdagang karapatan sa ilalim ng mga batas ng estado hinggil sa paggamot sa kalusugan ng pag-uugali.

Mga Uri ng Serbisyong Available

Kabilang sa mga Serbisyo ng DMC-ODS ang:

- Maagang Pamamagitan
- Maaga at Pana-panahong Pagsusuri, Diyagnosis, at Paggamot
- Paggamot sa Outpatient at Masinsinang Paggamot sa Outpatient
- Paggamot na Pantirahan
- Programa sa Paggamot kaugnay ng mga Narkotiko
- Pamamahala ng mga Sintomas ng Paghinto sa Paggamit ng Droga o Pag-inom ng Alak (Withdrawal Management)
- Mga Gamot na Panlunas sa Adiksiyon
- Muling Pagbabalik sa Lipunan ng mga Nabilanggo (Justice-Involved Reentry)
- Mga Serbisyong Suporta sa Kapwa sa Medi-Cal o (Medi-Cal Peer Support Services)
- Mga Serbisyo sa Paggaling
- Koordinasyon sa Pangangalaga
- Pamamahala ng Di-Inaasahang Pangyayari
- Mga Serbisyo sa Mismong Lugar sa Oras ng Krisis (Mobile Crisis Services)
- Mga Tradisyonal na Kasanayan sa Pangangalagang Pangkalusugan
- Pinaigting na mga Serbisyo ng Manggagawang Pangkalusugan sa Komunidad (Enhanced Community Health Worker Services)
- Suportadong Paghahanap at Pagpapanatili ng Trabaho

Kabilang sa mga Serbsiyo ng SMH ang:

- Mga Serbisyong Outpatient para sa mga Nasa Hustong Gulang
- Pantirahan ng Nasa Hustong Gulang (Adult Residential) at Pantirahan Kaugnay ng Krisis (Crisis Residential)
- Mga Serbisyo hinggil sa Suporta sa Gamot
- Pamamagitan sa Krisis at Pagpapatatag sa Krisis
- Masinsinang Paggamot sa Araw at Rehabilitasyon sa Araw (Day Treatment Intensive & Day Rehabilitation)
- Mga Outpatient na Serbisyong Klinikal para sa mga Bata at Kabataan (kabilang ang SchooLink, Juvenile Justice at iba pang espesyal na programa)
- Mga Serbisyo sa Pamamahala ng Kaso at Pagkoordina ng Pangangalaga
- Pamamagitan sa Krisis at Pagpapatatag sa Krisis
- Mga Serbisyong Pantirahan para sa mga Bata at Kabataan
- Mga Inpatient na Serbisyong Pang-sikayatriko sa Ospital (Psychiatric Inpatient Hospital)
- Mga Serbisyo ng Pasilidad para sa Kalusugang Sikayatriko
- Terapiya para sa mga Kabataang nasa Foster Care (Therapeutic Foster Care)
- Muling Pagbabalik sa Lipunan ng mga Nabilanggo (Justice-Involved Reentry)
- Mga Serbisyong Suporta sa Kapwa sa Medi-Cal o (Medi-Cal Peer Support Services)
- Mga Serbisyo sa Mismong Lugar sa Oras ng Krisis (Mobile Crisis Services)
- Pinaigting na mga Serbisyo ng Manggagawang Pangkalusugan sa Komunidad (Enhanced Community Health Worker Services)
- Suportadong Paghahanap at Pagpapanatili ng Trabaho

Para sa kumpletong impormasyon sa mga available na serbisyo, tanungin ang inyong tagapagkaloob para sa kopya ng **County of San Diego Behavioral Health Member Handbook** o maghanap ng kopya online sa www.optumsandiego.com o sa pahina ng Benepisyaryo at Mga Pamilya.