Paggamit ng Telehealth upang Tumanggap ng mga Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-uugali sa Panahon ng Emergency sa Pampublikong Kalusugan sa COVID-19

Nag-aalok na ang mga tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan ng mga serbisyo ng telehealth. Ang mga ito ay mga appointment sa pamamagitan ng telepono o video upang bawasan ang mga pakikitungo sa personal sa panahon ng emergency ng pampublikong kalusugan sa COVID-19. Nagbibigay ang dokumentong ito kung ano ang aasahan kung tumanggap ka ng mga serbisyo sa telehealth para sa kalusugan ng isip, paggamit ng sangkap (droga o alak) o mga kapansanan sa pag-unlad sa panahon ng COVID-19.

Ano ang telehealth?

- Ang telehealth ay nangyayari kapag tumanggap ka ng mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan sa pamamagitan ng telepono o video sa halip na pagbisita sa personal.

Anong mga uri ng mga serbisyo ng telehealth ang maaari kong matanggap?

- Maraming serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan na maaaring ibigay gamit ang telehealth. Maaari kang tumanggap ng mga serbisyo ng telehealth tulad ng pagtatasa ng mga kalakasan at pangangailangan mo, pag-screen sa sakitat therapy.
- Kontakin ang mga tagapagkaloob mo ng pangangalagang pangkalusugan upang matuto pa kung ano ang mga serbisyo na ibinibigay nila gamit ang telehealth.

Paano pinoprotektahan ang aking privacy?

- Ang mga proteksiyon sa privicy sa Pederal at ng Estado (tulad ng Batas sa Pagiging Portable at Accountable sa Insurance ng Kalusugan [Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA]) ay lalapat pa rin upang protektahan ang iyong pagiging kumpidensiyal at privacy. Makipag-usap ka sa tagapagkaloob mo kung paano nila mapapanatiling pribado ang impormasyon mo kapag tumatanggap ka ng mga serbisyo ng telehealth.
- Ang mga aplikasyon na hinahayaan ang mga video chat, kasama ang Apple FaceTime, Facebook Messenger video chat, Google Hangouts video, Zoom o Skype ay maaaring gamitin sa telehealth sa panahon ng COVID-19. Ang mga aplikasyon na publikong mapapanood tulad ng Tiktok, Facebook Live at Twitch **ay hindi dapat** gamitin sa telehealth.
- Hindi maaaring irekord ang mga serbisyo ng telehealth nang wala ng pahintulot mo.

Maaari ko bang ibigay ang pahintulot ko sa mga serbisyo ng telehealth sa telepono?

- Oo, maaari mong ibigay ang pahintulot mo sa telepono.

Kung may Medicaid o Medicare ako, makatatanggap ba ako ng mga serbisyo ng telehealth?

- Oo, ang mga Medicaid at Medicare recipient ay maaaring tumanggap ng mga serbisyo ng telehealth.

Kailangan ko bang bayaran ang mga serbisyo ng telehealth?

- Pinalawak ng Estado ng New York ang mga serbisyo ng telehealth at binawasan ang cost-sharing sa Medicaid, marketplace ng Estado ng New York, at iba pang planong pangkalusugan na sinasaklaw ng Batas ng Estado ng New York sa panahon ng emergency ng pampublikong kalusugan sa COVID-19. Pansamantalang pinalawak din ng Medicare ang pagsaklaw ng mga serbisyo ng telehealth, tulad ng iba pang plano na hindi pinamamahalaan ng batas ng Estado ng New York. Pakitingnan ang planong pangkalusugan mo para sa impormasyon na nauukol sa pagsaklaw.
- Upang mas maunawaan ang mga karapatan mo sa insurance, maaari mong kontakin ang help line ng Proyekto sa Akses sa Kalusugan ng Komunidad sa Pagkalulong at Pangangalagang Pangkalusugan sa Isip sa 888-614-5400.

Maaari ba akong tumanggap ng mga serbisyo ng telehealth para sa paggamit ng sangkap at kapansanan sa paggamit ng sangkap?

- Oo, ang mga tagapagkaloob ng gamutan sa paggamit ng sangkap sa Estado ng New York State ay makapagbibigay ng mga serbisyo gamit ang telehealth, maliban sa gamutan sa methadone.

Maaari ba akong resetahan ng gamot gamit ang mga serbisyo ng telehealth?

- Maaaring magreseta ang mga tagapagkaloob ng ilang uri ng mga gamot, kasama ang gamot sa kapansanan ng paggamit ng opioid, tulad ng buprenorphine, sa pamamagitan ng telepono o video nang walang ebalwasyon sa personal.
- Gayunman, ang ilang uri ng gamot, tulad ng methadone, ay maaaring mangailangan ng pagbisita sa personal. Makipag-usap sa tagapagkaloob mo ng pangangalagang pangkalusugan upang malaman kung ang mga gamot na kailangan mo ay maaaring ireseta nang malayuan.
- Kung interesado ka sa pagsisimula ng buprenorphine sa unang pagkakataon, maaari mong tawagan ang Klinikang Virtual sa Buprenorphine ng Kalusugan at mga Ospital ng New York (New York Health and Hospitals) sa 212-562-2664 upang mag-iskedyul ng appointment sa telehealth.

Wala akong regular na tagapagkaloob pero kailangan kong makipag-usap sa isa tungkol sa aking kalusugan ng isip o paggamit ng sangkap. Maaari ko bang gamitin ang telehealth sa mga panimulang pagbisita?

- Oo, maaaring tingnan ng mga tagapagkaloob ang mga bagong pasyente gamit ang teknolohiya ng telehealth.
- Makipag-usap sa iyong tagapagkaloob ng insurance, pumunta sa website ng iyong planong pangkalusugan o tumawag sa **311** para sa mga tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan sa lugar mo.
- Bisitahin ang nyc.gov/nycwell upang humanap ng tagapagkaloob ng kalusugan sa isip o paggamit ng sangkap. Maaari ka ring makipag-usap, mag-text o makipag-chat sa isang

counselor 24/7 sa mahigit 200 wika para sa maikling counseling at suporta at tumanggap ng referral sa pangangalaga. Tumawag sa 888-692-9355 o makipag-chat sa nyc.gov/nycwell.

Wala akong insurance. Maaari ba akong gumamit ng mga serbisyo ng telehealth?

- Kung wala kang insurance o kamakailang nawala mo ang insurance sa kalusugan na ibinibigay ng employer, makatutulong ang Lungsod ng New York. Tumawag sa **311** at sabihin ang "Get covered NYC" (Masaklawan NYC) upang kumonekta sa isa na makatutulong sa iyo sa pamamagitan ng proseso ng pagpapatala. Maaari mo ring i-email ang getcoverednyc@hra.nyc.gov para sa higit na impormasyon.
- Para kumuha pa ng higit na impormasyon sa mga opsiyon sa insurance sa Estado ng New York, maaari mo ring bisitahin ang nystateofhealth.ny.gov o tumawag sa 855-355-5777.
- Kung hindi ka karapat-dapat sa anumang plano ng insurance sa kalusugan, hindi mo kaya ang pagsaklaw ng insurance o walang pera upang bayaran ang medikal na pangangalaga, makakakuha ka ng pangangalaga sa pamamagitan ng Kalusugan + mga Ospital ng NYC (NYC Health + Hospitals). Bisitahin ang nychealthandhospitals.org o tumawag sa 844-692-4692 o **311** para sa higit na impormasyon.

Ano kung kailangan kong matingnan sa personal?

- Kung sa isip mo kailangan mong matingnan sa personal, tawagan ang tagapagkaloob mo bago pumunta sa kanilang opisina. Kung natiyak ng tagapagkaloob mo na kailangan ang pagbisita sa personal, maaari nilang iiskedyul ka sa isang paraan na makakatulong na manatiling ligtas ka.
- Kung nakararanas ka ng emergency pumunta sa malapit na emergency room o tumawag sa **911**.

Paano ako maghahanda sa isang appointment sa telehealth?

- Alamin sa tagapagkaloob mo upang malaman pa kung anong mga serbisyo ang ibinibigay nila gamit ang telehealth at upang mag-iskedyul ng appointment.
- Beripikahin sa iyong insurance at impormasyon sa paniningil sa tagapagkaloob o kompanya sa insurance mo.
- Alamin ang teknolohiya mo. Siguruhin ang plataporma o aplikasyon na gagamitin mo ay gumagana. Gumawa ng test video call o subukan ang aplikasyon sa computer bago ang oras ng appointment mo. Kung pinaplano mong gumamit ng mga headphone, gamitin sila sa panahon ng test call mo upang siguruhin na ang tao sa kabilang linya ng tawag sa telepono o video ay malinaw na maririnig mo.
- Humanap ng lugar kung saan komportable kang magsalita. Subukang piliin ang lugar na pribado at kung saan hindi ka magagambala sa panahon ng appointment mo. Kung mahirap na makapagpanatili ng privacy sa loob ng bahay mo, isaalang-alang ang pag-download ng aplikasyon ng white noise sa isa pang device at pagtugtugin ang white noise malapit sa pinto sa panahon ng appointment mo. Makipag-brainstorm sa tagapagkaloob mo upang mag-isip ng iba pang paraan upang maging mas komportable at magkaroon ng higit na privacy.

- Isipin ang mga tanong na mayroon ka sa tagapagkaloob mo o impormasyon na gusto mong ibahagi tungkol sa mga sintomas o kondisyon mo. Maaaring gusto mong isulat ang mga ito nang maaga.
- Sa araw ng appointment:
    - Siguruhin na na-charge ang device mo at ang mga kinakailangang aplikasyon ay gumagana.
    - Tumawag sa o mag-log in sa appointment mo ilang minuto bago nito.
- Kung kailangan mo ng tulong sa telepono o akses sa internet:
    - Ang mga sambahayan na may mga mag-aaral na K-12 at kolehiyo, at ang mga kuwalipikado bilang mababa ang kita, ay maaaring tumanggap ng libreng Wi-Fi/internet. Tumawag sa tagapagkaloob mo ng serbisyo sa internet upang makita kung kuwalipikado ka sa libre o binawasan ang bayad na serbisyo sa internet/Wi-Fi.
    - Maraming kompanya sa selpon at internet ay nag-aalok ng mga plano na walang limitasyon sa data para sa walang karagdagang bayad. Tumawag sa tagapagkaloob mo ng serbisyo para sa higit na impormasyon.
    - Kung magsu-subscribe ka sa SafeLink Wireless, maaaring maging karapat-dapat ka na tumanggap ng hanggang 350 minuto at 3GB ng data. Tumawag sa 800-723-3546 para sa suporta sa pagpapatala at mga pagbabago sa plano.
    - Maaaring kuwalipikado ka sa Lifeline, isang programa na pederal na tumutulong sa pagpapababa ng gastos ng buwanang bayarin mo sa telepono o internet. Maaaring kuwalipikado ka kung lalahok ka sa isang programa ng benepisyo ng pamahalaan o ang kita mo ay nasa o mababa sa 135% ng mga pederal na alintuntunin sa kahirapan. Upang malaman pa ang tungkol sa Lifeline at makita kung kuwalipikado ka, bisitahin ang lifelinesupport.org o tumawag sa 800-234-9473.

Maaaring baguhin ng Kagawaran ng Kalusugan ng NYC ang mga rekomendasyon habang nagbabago ang sitwasyon. 8.6.20