



منابع مفید

برای اعضای Tri-County Trillium

در TRILLIUM، برابری صحت اولویت ما است.

برای کمک به دانستن نیازهای شما، یک تماس خوشامدگویی برنامه ریزی کنید. با Trillium در 1-877-600-5472 (TTY: 711) تماس بگیرید. ما می توانیم در مورد مزایای Trillium شما صحبت کنیم. ما همچنین می توانیم درباره نحوه اتصال شما به منابع اضافی که ممکن است شامل غذا، مسکن، برنامه های صحت مندی و موارد دیگر باشد صحبت کنیم.

خدمات تخصصی و صحت رفتار

اگر اینترنت دارید، می توانید یک ارائه دهنده را جستجو کنید یا فهرست راهنمای (دایرکتوری) ارائه دهنده را از این آدرس چاپ کنید: <http://providersearch.trilliumhealthplan.com>. اگر به اینترنت دسترسی ندارید، می توانید با خدمات اعضای Trillium تماس بگیرید: 1-877-600-5472 (TTY: 711).



مراقبت از دندان

تخصیص پلان مرتبط به دندان یا سازمان مراقبت از دندان (Dental Care Organization, DCO) در کارت شناسایی عضو Trillium شما موجود است. برای تغییر DCO خود، با تیم خدمات اعضا به شماره 1-877-600-5472 (TTY: 711) تماس بگیرید. می توانید از ابزار (یک ارائه دهنده پیدا کنید) یک داکتر دندان مراقبت اولیه (Primary Care Dentist, PCD) انتخاب کنید. یا، می توانید با دفتر (معاینه خانه) آنها تماس بگیرید و آنها به ترتیب اولین قرار ملاقات شما با یک داکتر دندان مراقبت های اولیه کمک خواهند کرد. <https://findaprovider.trilliumhealthplan.com/location>



Advantage Dental Services •

راهنمای ارائه دهنده <https://providerportal.advantagedental.com/provider/search>
خدمات مشتری رایگان 1-866-268-9631 (TTY 711)

Capitol Dental Care •

دایرکتوری ارائه دهنده <https://www.interdent.com/capitoldentalcare/members/list-of-providers/>
خدمات مشتری 1-503-585-5205 یا بطور رایگان 1-800-525-6800 (TTY 1-800-735-2900)

Oregon Dental Service •

دایرکتوری ارائه دهنده <https://www.odsccommunitydental.com/Members/provider-search>
خدمات مشتری 1-503-243-2987 یا بطور رایگان 1-800-342-0526 (TTY 1-503-243-3958) یا 1-800-466-6313

واکسین های آنفولانزا

برای کمک به صحت خود و اطرافیان، هر سال واکسین آنفولانزا شوید. برای کسب معلومات بیشتر، به www.TrilliumOHP.com/flu مراجعه کنید. اگر به اینترنت دسترسی ندارید، می توانید با خدمات اعضای Trillium تماس بگیرید: 1-877-600-5472 (TTY: 711).



خدمات ترجمان

در صورت تمایل می توانید در قرارهای خود یک ترجمان صوتی یا زبان اشاره داشته باشید. هنگامی که برای قرار ملاقات تماس می گیرید، به دفتر ارائه دهنده خود بگویید که به یک ترجمان و به کدام زبان نیاز دارید. اگر برای بازدید از مراقبت های صحتی به ترجمان زبان یا زبان اشاره نیاز دارید، می توانید:



1. با Trillium تماس بگیرید.
2. با دفتر داکتر خود تماس بگیرید و از آنها بخواهید یک ترجمان برای ویزیت شما تنظیم کنند. اطلاعات مربوط به ترجمان های مراقبت های صحتی در www.Oregon.gov/oha/oei است.

بحران صحت روانی

خط بحران 24-7 شهرستان Clackamas به شماره 503-655-8585؛ خط بحران 24-7 شهرستان Multnomah به شماره 503-988-4888؛ خط بحران 24-7 شهرستان واشنگتن به شماره 503-291-9111، با 911 تماس بگیرید یا به بخش ایمرجنسی (Emergency Room, ER) بروید. خط بحران جوانان به شماره 541-689-3111 (TTY 711)، با 911 تماس بگیرید یا به بخش ایمرجنسی (ER) بروید.



خط مشاوره نرس

خط مشاوره نرس 24/7 ما یک خط تلفونی رایگان اطلاعات صحتی است. با شماره 1-866-439-2038 تماس بگیرید.



دواخانه (فارمسی)

در مورد مزایای دواخانه خود در www.trilliumohp.com/pharmacy اطلاعات کسب کنید. نکته مفید: می‌توانید یک منبع 90 روزه از دواهای نگهدارنده خود (دوایی که برای درمان یک مریضی طولانی‌مدت استفاده می‌شود) دریافت کنید. به این ترتیب کمتر می‌توانید به دواخانه بروید. اگر به اینترنت دسترسی ندارید، می‌توانید با خدمات اعضای Trillium تماس بگیرید: 1-877-600-5472 (TTY: 711).



پشتیبانی از بارداری

Start Smart for Baby از Trillium در طول و بعد از بارداری شما پشتیبانی می‌کند. برای اطلاعات بیشتر با شماره 1-877-600-5472 (TTY: 711) تماس بگیرید.



خدمات مراقبت اولیه

ارائه‌دهنده مراقبت اولیه (Primary Care Provider, PCP) در کارت شناسایی عضو Trillium شما موجود است. برای تغییر PCP خود، با تیم خدمات اعضا به شماره 1-877-600-5472 (TTY: 711) تماس بگیرید.



ترک کردن سگرت

Oregon Tobacco Quit Line (خط ترک کردن دخانیات اورگن) - یک برنامه رایگان که می‌توانید از طریق تلفون یا آنلاین انجام دهید

English (انگلیسی) Español (اسپانیایی) 1-855-335356-92 (1-855-DEJELO-YA), 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669), TTY: 1-877-777-6534 www.quitnow.net/oregon



Telehealth (صحت از راه دور)

Telehealth دسترسی راحت و 24 ساعته شما به ارائه دهندگان داخل شبکه برای مشکلات صحتی غیر اضطراری است. حساب خود را به صورت آنلاین تنظیم و فعال کنید: <https://member.teladoc.com/trilliumchp> اگر به اینترنت دسترسی ندارید، می‌توانید برای کمک با خدمات اعضای Trillium تماس بگیرید: 1-877-600-5472 (TTY: 711).



کارمندان صحتی سنتی

شما می‌توانید بدون هیچ هزینه‌ای از یک Doula (دولا یعنی پرسنل مسئول مراقبت صحتی و حمایتی از مادر در اتاق زایمان)، متخصص پشتیبانی هم‌تا، متخصص سلامت هم‌تا، هدایتگر صحت شخصی یا کارمند صحتی جامعه کمک دریافت کنید. ایمیل: THW@TrilliumCHP.com یا با شماره 1-877-600-5472 تماس بگیرید.



حمل و نقل (ترانسپورت)

اعضای Trillium Medicaid می‌توانند ترانسپورت رایگان برای بازدیدهای مراقبت‌های صحتی دریافت کنند. با مدیریت ترانسپورت طبی به شماره 877-583-1552 تماس بگیرید.



منابع اضافی

خدمات رایگان یا کم‌هزینه مانند مراقبت‌های طبی، غذا، آموزش شغلی و غیره را جستجو کنید. Connect Oregon <https://oregon.uniteus.com/get-help/>, T-REX - Trillium Resource Exchange <https://trilliumchp.findhelp.com>. اگر به اینترنت دسترسی ندارید، می‌توانید با خدمات اعضای Trillium تماس بگیرید: 1-877-600-5472 (TTY: 711).



شفاخانه‌ها

همچنین می‌توانید ارائه دهندگان را در: <https://providersearch.trilliumhealthplan.com> جستجو کنید



- Portland Adventist Medical Center**
10123 SE Market Street
Portland, OR 97216
503-261-6610
- Legacy Good Samaritan Hospital and Medical Center**
1015 NW 22nd Avenue
Portland, OR 97210
503-413-6129
- Legacy Emanuel Medical Center**
1225 NE 2nd Avenue
Portland, OR 97232
503-413-2200
- Tuality Community Hospital**
335 SE 8th Avenue
Hillsboro, OR 97123
503-681-1111
- Oregon Health & Science University**
3181 SW Sam Jackson Park Road
Portland, OR 97239
503-494-8760
- Legacy Meridian Park Hospital**
19300 SW 65th Avenue
Tualatin, OR 97062
503-692-1212
- Legacy Mt Hood Medical Center**
24800 SE Stark Street
Gresham, OR 97030
503-413-4048



همچنین می توانید ارائه دهندگان را در: <https://providersearch.trilliumhealthplan.com> جستجو کنید.

Uptown Providers PC

25 NW 23rd Place Suite 11
Portland, OR 97210
503-766-2215

Molalla Urgent Care

861 W Main Street
Molalla, OR 97038
503-873-8686

AFC Urgent Care

397 Warner Milne Road
Oregon City, OR 97045
503-305-6262

Uptown Providers PC

14278 SW Allen Boulevard
Beaverton, OR 97005
503-305-6262

Uptown Providers PC

7033 NE Sandy Boulevard
Portland, OR 97213
503-305-6262

Eagleton Providers PC

17437 Boones Ferry Road Suite
100
Lake Oswego, OR 97035
413-887-6030

آیا فکر می‌کنید **Trillium Community Health Plan (Trillium)** با شما ناعادلانه رفتار کرده است؟

Trillium باید از قوانین حقوق مدنی ایالتی و فدرال پیروی کند. نمی‌تواند در هیچ یک از برنامه‌ها یا فعالیت‌هایش با مردم به دلیل موارد زیر رفتار غیرمنصفانه داشته باشد:

- سن
- رنگ
- معلولیت
- هویت جنسیتی
- وضعیت تأهل (حالت مدنی)
- منشاء ملی
- نژاد
- مذهب
- جنسیت
- گرایش جنسی

شما می‌توانید این نامه را به زبان دیگری، چاپ بزرگ یا راه دیگری که برای شما مناسب است دریافت کنید. شما همچنین می‌توانید یک ترجمان زبان داشته باشید. با شماره **1-877-600-5472 (TTY/TDD 711)** تماس بگیرید.

English (انگلیسی)

ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-877-600-5472 (TTY/TDD 711).

Español (اسپانیایی)

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-877-600-5472 (TTY/TDD 711).