

Asian Health Services  
818 Webster Street  
Oakland, CA 94607



致病人及朋友,

我們很多人都以理所當然的態度去看最簡單的時刻,例如與醫生溝通,治理我們的牙齒或在情緒低落時尋求輔導,對我們面對著語言,文化及財務困難的社區來說,這些仍然視為主要的障礙。

通過病人眼中看到的需求,我們有責任繼續不遺餘力朝向我們雙重的使命,提供有質素的健保及為病人發聲,確保完成未滿足的醫療需求。

去年我們做了大量需要的工作。我們成功為數以千計無醫療保險的病人將其納入有醫療保險行列。為了滿足正上升著的亞太島嶼人口,我們增加新專業心理健康部。我們正興建新的牙科地點,於2017年開幕。同時我們收到一位匿名慷慨的人士捐助,以改善極待需要擴展的兒科及急診護理服務,為低收入兒童,青年及家庭服務。

通過這些改變及擴展,我們仍然永遠有責任為病人提供優質的健康照護。  
多謝各位!

行政總監  
廣田美代子

## 流感季節來了!

流行性感冒(「流感」)病毒典型地在秋末到早春廣泛地傳播。高危病人能發展成嚴重的疾病,甚至死亡,包括非常年幼的兒童,懷孕婦女,老年人及長期病患者。

### 怎樣去保護你自己?

注射流感疫苗。任何人超過六個月大應接受流感注射。下次看醫生時,向醫生查詢流感疫苗事宜。在很多本地大藥房亦提供流感注射。公共衛生護士亦會到某些小學去為學生注射疫苗。如果不是在醫生診所注射,請記得讓你的醫生知道你在那處接受過注射。(由於流感疫苗噴鼻劑效果減低,今年流感季節不提供噴鼻劑)要預防染上感冒,常用肥皂及暖水洗手,尤其是去過公眾地方。

停止擴散病菌使自己及其他人生病!  
咳嗽或打噴嚏時,要掩蓋口及鼻  
向衣袖上部咳嗽或打噴嚏,不是向手掌中。



# ASIAN HEALTH SERVICES

## 亞健社通訊

818 WEBSTER STREET, OAKLAND, CA 94607



## 新的專業心理健康部

專業心理健康部主任Jorge Wong 博士

亞健社的新專業心理健康部向大家致意!亞健社最近擴大了心理健康服務計劃,包括一個專業精神健康服務部門。由2016年7月1日起亞健社為阿拉米達縣加州醫療保險會員提供心理健康服務。

我們希望為亞裔社區人士增加獲得心理健康服務的機會,並減低仍然存在對不同的心理健康狀況的誤解。

兒童,青年及成年人經歷中度到重度心理健康的疾病時,現在可以獲得服務的範圍包括評估,治療、藥物治療、病例管理、危機干預、熱線回應、預防和教育、倡導、支持和轉介服務。我們跟亞健社的醫生及牙醫有緊密合作。

我們的工作人員是雙語雙文化,懂得緬甸語,粵語,日語,克倫族語,高棉語,韓語,普通話,瑤族語,菲律賓語,越南語和英語。我們位於310 號8街200A室,地點方便。需要詳細資料或預約時間,請電 (510) 735-3900。

我們期待為你,你的親人及我們的社區服務。

### 在這一期

#### 第一頁

- 新的專業心理健康部

#### 第二頁

- 事前醫療指示的重要
- 2016年11月改善電話系統

#### 第三頁

- 2017年牙科會擴展
- 2017年公開投保期即將來臨
- 為甚麼我們全體都要在2016年11月8日投票

#### 第四頁

- CEO Message
- 流感季節來了!

## 事前醫療指示的重要

董事Tervina Moy, Wendy Cai and Connie Chang  
醫療總監李公廉醫生

甚麼是事前醫療指示？

事前醫療指示是一份文件，允許你在病重時為自己的醫療護理作出選擇。例如這份文件允許你指定一位人士代你執行醫療護理的決定，因你生病或受傷時失去決策能力。你亦可以選擇醫療護理干預的程度。你有權利在任何時候撤銷或更換事前醫療指示。

為甚麼這是重要的？

事前醫療指示定義你的醫療護理意願的目標，範圍從康復到製造一個自然舒適的生命完結。一份有效的文件幫助你指定一位或多個人選作為你的代理。由於你與指定的人選分享你的價值觀及希望。該人選會根據你的意願，視乎環境作出適應為你作出對你最有利的判斷。填報事前醫療指示可以幫到家人及朋友，在為你作出最佳醫療護理決定時，減少他們的負擔及罪惡感。

亞健社怎樣為病人提供事前醫療指示？

**診所改變：**亞健社自2016年8月1日起開始為超過70歲的病人提供事前醫療指示的資料。並鼓勵他們填報有關的表格。有兩份重要的表格要填寫。提供的資料有緬甸文，中文，英文，克倫族文，韓文，蒙古文，菲律賓文及越南文。如有任何問題，請向醫生查詢。作為醫療護理提供者，我們想確保你的意願得到實行。如果你想的話，醫生可替你約見行為醫療職員協助你填寫事前醫療替指示表格。但請記住一份有效的事前醫療指示需要你與家人及醫生之間的溝通，人人都明白你的意願。

**教育課：**亞健社正在探討不同的方法提供更多用病人母語的工作坊，以便提供更多事前醫療指示的教育及協助。我們將來會讓病人知道這些課何時開辦。

## 2016年11月改善電話系統

資助及特別計劃行政主任琳達·岡原

亞健社改善電話系統以便病人更能找到我們。可用英語，廣東話，普通話及越南話。下列是與接線生對話的指引。

**步驟1：**撥診所或服務的正确電話。

亞健社: 510-986-6800

亞健社兒科診所: 510-986-6815

江輔仁醫療中心: 510-735-3888

蔡流輪劉清華醫療中心: 510-318-5800

牙科診所: 510-986-6888

會員服務部，亞健社醫療記錄部，賬戶部，亞健社診所資料錄音: 510-986-6811

**步驟2：**聆聽電話錄音及選擇你的語言。不要收線！

**步驟3：**聆聽電話錄音口訊及選擇所需服務。不要收線！繼續等候亞健社職員的接聽。

提示1 不知怎樣做？繼續等候，保住輪候的排次。不要收線！輪到你時，會有職員與你對話。

提示2 請留言。我們現在會每天查聽幾次電話錄音。

提示3 嘗試使用回覆電話的選擇。你會被要求說出你的姓名，出生日期，及會員號碼。確定或輸入你想我們打給你的電話號碼。然後靜心等待。我們會按次序回覆你的電話。



## 2017年牙科會擴展

牙科總監Huong Le，牙外科博士



亞健社將在新址作主要的牙科擴展，預算2017年初開幕。我們的主診所及阿拉米達學院分所，求過於供，有嚴重的人滿之患。由於容納病人的能力有限，自2014年5月起主診所已停止接受新病人。雖然亞拉米達學院仍接受新病人，但有具體的要求，例如要是阿拉米達縣居民，阿拉米達學院學生及入讀阿拉米達放蒙班才獲接受。兩個診所的平均輪候時間為8個月。鑑於高需求及容納能力有限，極需要新的診所。

新的牙科診所將位於11街夾積臣街街角，在林肯小學及社會安全金行政大樓對面。我們將有9個牙科工作站及一個諮詢室。我們會聘請新牙科員工來服務我們的病人。

我們期待新診所完成時，歡迎職員及病人。在最近的將來會提供更多的資料。

## 2017年公開投保期即將來臨

會員服務經理Vanessa Fong Quach

今年的加州投保公開投保日期是由2016年11月1日至2017年1月31日。如果你想你的醫療保險由2017年1月1日開始受保，你便需要在2016年12月15日註冊。

可付擔醫療法案 (ACA) 要求多數人擁有公共或私人保險或需支付「個人責任分擔付費 (罰款)」。

維持你的病人醫療保險更新對病人是很重要的。

加州醫療保險是公共保險的一種。如果你合資格，可在年中任何時間參加。但為了保留加州醫療保險，你必須填寫年度重審 / 重估 / 續期的程序，名叫RRR。

加州投保是加州的一種醫療保險市場。它使個人及小企業可用聯邦資助的利率購買私人醫療保險。加州投保宣佈加州在2017年個人醫療保險市場平均增幅為13.2%，這增幅比過去兩年為大。不過，在去年的公開投保中，我們協助很多人使用格價比較工具，幫助每位客戶找到可負擔的選擇。職員會像以前一樣與你一起選出滿足你需求的可負擔醫療保險。

我們會協助你保留你的加州醫療保險 (白咕) 或選購可負擔的私人醫療保險。我們的辦公時間是星期一至五上午九時至下午五時，星期六上午九時至下午一時。請在投保未過期前，致電 (510) 986-6880與我們的職員預約。

## 為甚麼我們全體都要在2016年11月8日投票

社區健康及研究主任，Thu Quach 博士

在美國，亞裔美國人及亞太裔島嶼人口是發展最快的裔群。因此，我們如運用選舉的力量，真能影響國家。當我們投票時，我們能夠：1) 影響到那一位民選官員會當上政府的職位，2) 鼓勵民選官員留意亞太裔島嶼人口的需要，及3) 幫助影響通過那些影響我們社區的法例。你必須是公民及最少18歲才有資格投票。你必須在2016年10月24日前登記成為選民，才能參與2016年11月8日的選舉。你一旦登記，便一直會成為選民。不過，如果你更 地址或其他聯絡資料，你可能要重新登記，更新資料。

你可以用郵寄投票 (缺席投票) 或到指定的投票站投放選票。如果你想了解更多有關選票上的資料，不同的選民指南能提供幫助。如果你需要翻譯，加州法例說明你可以帶同一或兩位人士進入投票站，或你可要求雙語選務人員的協助。無論你用那種方法，最重要的是你的聲音被聽到！作為美國公民，你有投票的權利，所以請運用你的權利，以便聲音被聽到。