



ARIZONA
DEPARTMENT
of CHILD SAFETY
Comprehensive
Health Plan

ASUNTOS DE SALUD

Otoño/Invierno de 2024

Vacunas importantes para este otoño

La vacuna contra la influenza no es la única que puede ayudarles a usted y a su familia a mantenerse saludables este invierno. Estas cuatro vacunas de rutina son importantes y están cubiertas por Mercy Care.

Influenza

Todas las personas mayores de 6 meses deberían aplicarse la vacuna contra la influenza cada año. Lo mejor es vacunarse en otoño, antes de que la temporada de influenza esté en su punto de mayor actividad.

Neumonía

La neumonía es una infección pulmonar que puede causar enfermedades graves

en niños pequeños y en adultos mayores. Todos los niños menores de 5 años y los adultos mayores de 65 años deberían vacunarse. Es posible que también necesiten la vacuna otras personas que tienen ciertas enfermedades. Pregúntele a un proveedor si el niño debe vacunarse.

COVID-19

A medida que el virus cambia, las vacunas

nuevas pueden proteger contra las cepas más recientes. Pregúntele al proveedor si hay una vacuna nueva disponible y si debería aplicársela al niño.

Virus sincicial respiratorio (VSR)

El VSR es un virus común que causa síntomas similares a los del resfrío. Pregúntele a un proveedor si el niño bajo su cuidado debería vacunarse.

VIDEO PARA VER:

¿Qué vacunas deben aplicarse los adultos?



¿Qué vacunas deben aplicarse los niños?



es.MercyCareAZ.org
MC-1739



Pregúntele al pediatra

¿Cómo podría afectarle a un niño con asma un resfrío, influenza o COVID?

Enfermarse es desagradable para todos, pero puede ser muy peligroso para los niños que tienen asma. Algunas investigaciones indican que los niños con enfermedades de pulmón, como el asma, tienen más probabilidades de sufrir problemas graves a causa de los resfríos o la influenza.

“Cualquier virus respiratorio, incluido el del COVID, puede empeorar los síntomas del asma”, afirma la Dra. Theresa Guilbert. La Dra. Guilbert es la directora del Centro de Asma en el Centro Médico del Hospital de Niños de Cincinnati. También es vocera de la Academia Americana de Pediatría. “Es el desencadenante más frecuente de un ataque de asma”.

Los niños que tienen asma ya tienen las vías respiratorias y los pulmones inflamados. Y la fiebre y la tos que implican las

enfermedades respiratorias les agregan aún más estrés a las vías respiratorias. Otros niños pueden recuperarse de un resfrío más fácilmente, pero los niños con asma tienen más probabilidades de sufrir problemas graves, como neumonía.

Para proteger a los niños asmáticos, la clave está en prevenir la enfermedad, indica la

Dra. Guilbert. Siga estos consejos:

- Vacúnese contra la influenza y el COVID-19.
- Enseñe a los niños a lavarse las manos a menudo y a evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Asegúrese de que el niño siga el plan de cuidado diario. La mejor forma de evitar posibles problemas es ayudarle a controlar el asma.

¿Necesita ayuda para manejar una enfermedad?

Un administrador de cuidado puede darle más información sobre la enfermedad del niño y también puede ponerlo en contacto con un proveedor. Este servicio está cubierto para miembros de Mercy Care DCS CHP.

Ingrese a es.mercycareaz.org/dcschp/care-management para saber si la administración del cuidado es la opción adecuada para ayudarle a manejar la salud del niño bajo su cuidado.

Signos de depresión según la edad

Todos podemos tener depresión. Además, es un trastorno que responde muy bien al tratamiento, pero algunos síntomas varían según la edad. A continuación se indica lo que hay que vigilar en las distintas etapas de la vida.

Adultos

- A menudo se muestran molestos, frustrados, irritables o enojados.
- Pierden el interés en socializar o cultivar pasatiempos.
- Se muestran inquietos, preocupados o perezosos.
- Se sienten inútiles o muy culpables.
- Tienen dificultad para concentrarse, recordar o tomar decisiones.
- Los adultos mayores también pueden sentirse ansiosos, confundidos o indefensos, o llorar con facilidad.

Madres recientes (conocida como “depresión posparto”)

- Se sienten agobiadas o “vacías”.
- Muestran indiferencia hacia el bebé.
- Tienen ataques de pánico.
- Están cansadas.
- Muestran una pérdida progresiva del interés en las actividades.
- Dudan de sí mismas y sienten culpa o enojo.

- Experimentan cambios en los patrones de sueño o alimentación.
- Piensan en dañarse a sí mismas o a su bebé.

Niños

- Discuten más, o se muestran malhumorados o molestos.
- A menudo están cansados o inquietos.
- Tienen problemas de concentración en la escuela.
- Se sienten fuera de lugar, culpables o inútiles.
- Pueden autolesionarse o tener comportamientos autodestructivos.
- Tienen arrebatos de ira o berrinches.

Adolescentes

- Les va mal en la escuela.
- Están inquietos o preocupados.
- Reaccionan de forma exagerada a las críticas.
- Les falta energía, motivación o entusiasmo.
- Consumen sustancias como alcohol o drogas.
- Tienen baja autoestima.
- No cuidan su apariencia.

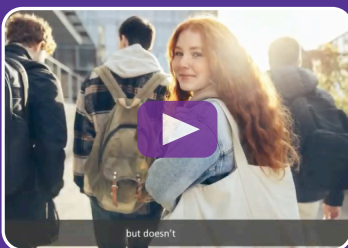


Los niños y adolescentes en hogares de acogida pueden tener problemas para dormir debido a factores estresantes como la separación de los padres, problemas de confianza, entornos nuevos o traumas pasados relacionados con la hora de dormir.

Si ve algunos de estos signos en un ser querido o en usted mismo, busque ayuda de su proveedor de cuidado primario (PCP) o el proveedor de salud emocional y psicológica del niño. Si necesita ayuda para encontrar un proveedor de salud emocional y psicológica, llame a Servicios al Cliente de Mercy Care DCS.

VIDEO PARA VER:

¿Cómo hablo con alguien sobre el suicidio?



Trualta para cuidadores

¿Cuida en casa a un miembro mayor de la familia, un niño o una persona con discapacidades? Obtenga capacitación y recursos sin costo para ayudar a desarrollar habilidades para el cuidado en casa. Mejore la confianza en usted, reduzca el estrés y evite el agotamiento aprendiendo habilidades de cuidado. Cree una cuenta en línea para leer artículos y ver seminarios web y videos sobre el cuidado de un ser querido. Regístrese en [mercycare.trualta.com](https://www.mercycare.trualta.com). Recuerde: Este recurso comunitario ofrece consejos generales que no son todos específicos para el cuidado de niños en cuidado de crianza.

¿Cómo hablo con alguien sobre el suicidio?

A veces, cuando un ser querido tiene dificultades en la vida, es posible que piense en suicidarse. Es importante conocer las señales de alerta y buscar ayuda. Es posible que diga que quiere morirse o que se siente desesperanzado, que no tiene un propósito o que es una carga para otras personas. Escúchelo con atención. Hágale saber que puede contar con usted. Ayúdele a conectar con los recursos disponibles.

En otras ocasiones, un ser querido está pensando en suicidarse, pero no se lo dice a nadie. Busque señales de alerta, por ejemplo, si deja de socializar, duerme demasiado o muy poco, aumenta el consumo de drogas o alcohol, o está ansioso, inquieto o es imprudente. En el caso de los niños y adolescentes, otras señales de alerta pueden ser perder el interés por las actividades habituales, faltar a la escuela sin motivo, recibir notas más bajas o sufrir cambios de aspecto repentinos. Pregúntele si está pensando en suicidarse. Hágale saber que el suicidio es un asunto grave. Ayúdele a encontrar los recursos adecuados.

La línea directa para casos de crisis y suicidio es un servicio nacional gratuito. Cuenta con asesores capacitados disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Ofrecen apoyo en inglés y español. Llame o envíe un mensaje de texto a la línea directa al **988** o ingrese a [988lifeline.org/es/](https://www.988lifeline.org/es/) para chatear.

Más recursos:

- [save.org](https://www.save.org)
- [988lifeline.org/es/ayude-a-alguien-mas/](https://www.988lifeline.org/es/ayude-a-alguien-mas/)
- [bethe1to.com/bethe1to-steps-evidence/](https://www.bethe1to.com/bethe1to-steps-evidence/)
- [es.mercycareaz.org/crisis-services](https://www.es.mercycareaz.org/crisis-services)
- Línea para casos de crisis las 24 horas de Trevor Project LGBTQ+: llame al **1-866-488-7386**, envíe un mensaje de texto al **678-678** o acceda al chat en [thetrevorproject.org](https://www.thetrevorproject.org).

Ayuda para manejar una crisis de salud emocional y psicológica

Los miembros y cuidadores de Mercy Care DCS CHP pueden llamar a la **línea para casos de crisis de salud emocional y psicológica de Arizona**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame al **1-844-534-HOPE (4673)** o envíe un mensaje de texto con la palabra HOPE al **4HOPE (44673)**. Apoyo por chat disponible en [crisis.solari-inc.org/start-a-chat](https://www.crisis.solari-inc.org/start-a-chat).

El personal de la línea para casos de crisis puede hacer lo siguiente para ayudarle:

- Brindar apoyo telefónico ante una crisis.
- Enviar un equipo móvil de ayuda ante una crisis para apoyarlo.
- Coordinar el traslado para llevarlo a un lugar seguro.
- Ayudarle a recibir asesoramiento o comunicarse con su proveedor de cuidado ambulatorio.
- Brindar opciones para lidiar con situaciones urgentes.
- Si se siente inseguro en su hogar.

Líneas tribales para casos de crisis:

- Reserva apache de San Carlos: **1-866-495-6735**
- Comunidades indígenas de Gila River y Ak-Chin: **1-800-259-3449**
- Comunidad indígena de Salt River Pima Maricopa: **1-855-331-6432**
- Nación Yavapai de Fort McDowell: **480-461-8888**
- Distrito San Lucy de Nación Tohono O'odham: **480-461-8888**
- Nación Tohono O'odham: **1-844-423-8759**
- Reserva de la tribu Pascua Yaqui: Tucson **520-591-7206**; Guadalupe **480-736-4943**
- Reserva de la tribu apache White Mountain: **928-338-4811**
- Nación Navajo: **928-551-0508**

Línea para casos de crisis de veteranos: **988** (opción 1)

Línea directa para casos de crisis y suicidio **988: 988**

Línea nacional de mensajes de texto para casos de crisis: Envíe un mensaje de texto con la palabra HOME al **741741**. Apoyo por chat disponible en [crisistextline.org/es/envianos-un-mensaje-de-texto](https://www.crisistextline.org/es/envianos-un-mensaje-de-texto).

Línea directa para adolescentes: Llame o envíe un mensaje de texto al **602-248-TEEN (8336)**.

Si necesita alguien con quien hablar, llame a la línea de ayuda Warm Line al **602-347-1100**. Obtenga apoyo de especialistas capacitados en apoyo de pares las 24 horas del día, los 7 días de la semana. *Llame siempre al **911** si está en una situación que pone en riesgo la vida.*

Conozca los peligros del fentanilo y de otros opioides

El fentanilo es un opioide hecho por el hombre, que se utiliza para tratar dolores fuertes. Es entre 50 y 100 veces más potente que otros medicamentos de uso similar, como la morfina. El consumo de fentanilo es una situación de crisis en Arizona, ya que es responsable de la mayoría de las sobredosis de opioides, según los Líderes de la Coalición de Abuso de Sustancias de Arizona.

Ha habido casos de adolescentes de tan solo 14 años que han muerto por sobredosis de fentanilo y de niños que han sufrido una intoxicación por contacto accidental con el fentanilo. Hable con los niños bajo su cuidado sobre la necesidad de evitar los medicamentos o drogas que no estén recetadas.

Qué hacer ante una sobredosis

Si sospecha que un joven bajo su cuidado está teniendo una sobredosis, llame al **911** de inmediato. También puede darle naloxona, un medicamento que se usa para revertir la sobredosis, como tratamiento para salvarle la vida. Para obtener más información sobre la naloxona, visite [drugfree.org/article/overdose-response-treatment/](https://www.drugfree.org/article/overdose-response-treatment/).

Los cuidadores con licencia que tienen bajo su cuidado a jóvenes mayores de 12 años deben disponer de naloxona para poder utilizarla en caso de emergencia. La naloxona es un beneficio cubierto por el plan de salud y puede obtenerse con o sin receta en la farmacia.

Notifique al DCS antes de que pasen dos horas desde que el niño tenga una enfermedad



o lesión graves que requieran hospitalización, cuidado de urgencia o tratamiento en la sala de emergencias.

Tratamiento de la adicción a los opioides

Es posible que se necesiten opciones a largo plazo para tratar la adicción a los opioides. Implica utilizar medicamentos aprobados y terapias de la salud emocional y psicológica, como asesoramiento, para tratar los trastornos por consumo de sustancias. Cuando las personas abusan de los opioides, pueden volverse adictas o dependientes. Si no tienen opioides en su sistema, pueden sufrir síndrome de abstinencia. Los síntomas de la abstinencia de

los opioides pueden ser diarrea, calambres abdominales, náuseas, vómitos, aumento de la frecuencia cardíaca y antojos intensos.

No necesita una remisión del PCP del niño para que este reciba servicios de salud emocional y psicológica o por consumo de sustancias. Llame directamente al proveedor de salud emocional y psicológica o por consumo de sustancias para programar una cita. También puede llamar a Servicios al Cliente de Mercy Care DCS CHP, al **602-212-4983** o al **1-833-711-0776 (TTY 711)**, para solicitar ayuda para encontrar un proveedor de salud emocional y psicológica.

Recursos comunitarios

Como dice el refrán inglés, “Para criar a un niño, hace falta un pueblo entero”. Varias organizaciones de todo el estado trabajan para mejorar la situación de los niños que reciben asistencia social y de sus cuidadores. Visite es.mercycareaz.org/community-resource-guide para obtener más recursos.

AHCCCS

Recursos para familias adoptivas, por parentesco y de crianza. azahcccs.gov/foster

Arizona Friends of Foster Children Foundation

Ayudas para niños que han sido declarados dependientes bajo tutela judicial en Arizona. affcf.org/espanol/

A Mighty Change of Heart

Bolsos personalizados para los niños que ingresen en el sistema de bienestar de menores en Arizona. amchaz.org

Arizona Helping Hands

Recursos esenciales para niños en el sistema de bienestar de menores. azhelpinghands.org

Helen's Hope Chest

Recursos esenciales para niños en el sistema de bienestar de menores. helenshopechest.org

Jose's Closet

Recursos esenciales para niños en el sistema de bienestar de menores. josescloset.org

Strong Families AZ

Una red de programas gratuitos de visitas al hogar. strongfamiliesaz.com/es/

Raising Special Kids

Para mejorar la vida de los niños con discapacidades. raisingspecialkids.org/es/

Family Involvement Center

Apoyo para conseguir cuidado de salud emocional, física y psicológica en Arizona. familyinvolvementcenter.org

Safe to Sleep

Educación pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos sobre la seguridad del sueño infantil.

espanol.nichd.nih.gov/actividades-proyectos/sts

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Información de salud para niños, adolescentes y mujeres embarazadas. cdc.gov/spanish/

Aplicación de seguimiento Milestone

Haga un seguimiento de los logros del desarrollo del niño y compártalos con el pediatra.

cdc.gov/ncbddd/spanish/actearly/spanish-milestones-app.html

First Things First

Comprometidos con el desarrollo saludable y el aprendizaje de los niños pequeños desde el nacimiento hasta los 5 años. firstthingsfirst.org

Safe Kids Worldwide

Ayudamos a familias y comunidades a mantener a los niños a salvo de lesiones. safekids.org

Sesame Workshop

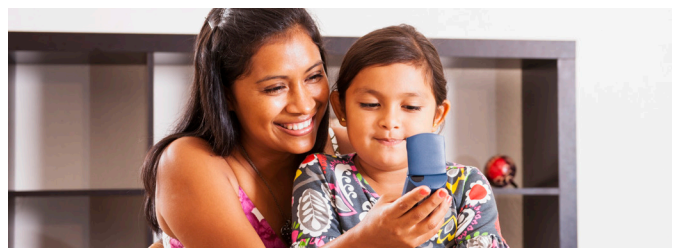
Actividades y consejos sobre los desafíos y las alegrías de garantizar el desarrollo saludable de los niños.

sesameworkshop.org

Southwest Human Development

Refuerza los fundamentos que los niños de Arizona necesitan para un gran comienzo en la vida.

swhd.org



Medir la competencia cultural

Nos comprometemos con nuestros miembros y su cuidado. Nos importan mucho. Por eso, dedicamos tiempo y esfuerzo para que la competencia cultural esté presente en todo lo que hacemos. Es decir, respetamos sus creencias, su cultura y su idioma.

Les exigimos a nuestros proveedores que respeten las diferencias culturales de los miembros al prestarles servicios. Se guían por los estándares de servicios cultural y lingüísticamente adecuados. Con estos estándares, se busca asegurar que los servicios respeten las diferencias culturales y lingüísticas de los pacientes.

En Mercy Care DCS CHP, tenemos dos departamentos que supervisan lo que hacen los proveedores. Estos departamentos son Competencia Cultural y Control de Calidad. Ofrecen apoyo a los proveedores y garantizan que los miembros obtengan servicios de manera adecuada. Así, nos cercioramos de mejorar los servicios que respeten siempre su cultura y su forma de vida.

Para obtener servicios de idiomas sin costo, llame al **1-800-385-4104** (TTY **711**).



Igualdad en materia de salud en el foco

La misión de Mercy Care DCS CHP es ayudar a nuestros miembros a vivir una vida más saludable y alcanzar su máximo potencial. Una forma de lograr esto es centrándonos en la igualdad en materia de salud, lo que garantiza que el cuidado que reciben sea justo, accesible y personalizado para ajustarse a sus necesidades.

Hay factores sociales, llamados “determinantes sociales de la salud”, que desempeñan un gran papel en el bienestar del niño. Entre esos factores se encuentra el acceso a alimentos saludables, vivienda, educación y otras necesidades sociales.

Pida ayuda al especialista de DCS CHP del niño, a un administrador de cuidado de Mercy Care o a otro miembro del equipo de cuidado.

ASUNTOS DE SALUD

se publica para los miembros de Mercy Care DCS CHP.

4750 S. 44th Place, Suite 150, Phoenix, AZ 85040.

Esta es información general de salud y no debe reemplazar el cuidado o el consejo de su proveedor. Siempre pídale a su proveedor información sobre sus necesidades específicas de cuidado de salud.

Mercy Care es administrada por Aetna Medicaid Administrators, LLC, una compañía de Aetna.

Puede llamar a Servicios al Cliente de Mercy Care DCS CHP de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m., al **602-212-4983** o al **1-833-711-0776 (TTY 711)**. También puede llamar a la línea de enfermería las 24 horas: **602-212-4983** o **1-833-711-0776**.
es.MercyCareAZ.org

Manual para miembros

Puede recibir el manual para miembros de este año a través de Servicios al Cliente de Mercy Care DCS CHP sin costo. También podemos enviarle una copia del *Directorio de proveedores* sin costo.

O visite **es.MercyCareAZ.org** para consultar ambos recursos. Simplemente, seleccione el plan del niño y haga clic en “Forms and Materials” (Formas y materiales).

Nondiscrimination Notice

Mercy Care complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability or sex. Mercy Care does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability or sex.

Mercy Care:

- Provides no-cost aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides no-cost language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need a qualified interpreter, written information in other formats, translation or other services, call the number on your ID card or **1-800-385-4104 (TTY:711)**.

If you believe that Mercy Care has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability or sex, you can file a grievance with our Civil Rights Coordinator at:

Address: Attn: Civil Rights Coordinator
4570 S. 44th Place, Ste. 150
Phoenix, AZ 85040
Telephone: **1-888-234-7358 (TTY 711)**
Email: MedicaidCRCoordinator@MercyCareAZ.org

You can file a grievance in person or by mail or email. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Multi-language Interpreter Services

ENGLISH: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call the number on the back of your ID card or **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

SPANISH: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación o al **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

Navajo: Díí baa akó nínízin: Díí saad bee yánífti'go Diné Bizaad, saad bee áká'ánída'áwo'déé', t'áá jiik'eh, éí ná hóló, kojí' hódíílnih **1-800-385-4104** (TTY **711**).

CHINESE: 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電您的 ID 卡背面的電話號碼或 **1-800-385-4104** (TTY: **711**)。

VIETNAMESE: CHÚ Ý: nếu bạn nói tiếng việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi số có ở mặt sau thẻ id của bạn hoặc **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

ARABIC: ملحوظة: إذا كنت تتحدث باللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل على الرقم الموجود خلف بطاقتك الشخصية أو على **1-800-385-4104** (للصم والبكم: **711**).

TAGALOG: PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng wikang Tagalog, mayroon kang magagamit na mga libreng serbisyo para sa tulong sa wika. Tumawag sa numero na nasa likod ng iyong ID card o sa **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

KOREAN: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하의 ID 카드 뒷면에 있는 번호로나 **1-800-385-4104** (TTY: **711**) 번으로 연락해 주십시오.

FRENCH: ATTENTION: si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le numéro indiqué au verso de votre carte d'identité ou le **1-800-385-4104** (ATS: **711**).

GERMAN: ACHTUNG: Wenn Sie deutschen sprechen, können Sie unseren kostenlosen Sprachservice nutzen. Rufen Sie die Nummer auf der Rückseite Ihrer ID-Karte oder **1-800-385-4104** (TTY: **711**) an.

RUSSIAN: ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам могут предоставить бесплатные услуги перевода. Позвоните по номеру, указанному на обратной стороне вашей идентификационной карточки, или по номеру **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

JAPANESE: 注意事項:日本語をお話になる方は、無料で言語サポートのサービスをご利用いただけます。IDカード裏面の電話番号、または**1-800-385-4104** (TTY: **711**)までご連絡ください。

PERSIAN: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، به صورت رایگان می توانید به خدمات کمک زبانی دسترسی داشته باشید. با شماره درج شده در پشت کارت شناسایی یا با شماره **1-800-385-4104** (TTY: **711**) تماس بگیرید.

SYRIAC: ملحوظة: إذا كنت تتحدث باللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل على الرقم الموجود خلف بطاقتك الشخصية أو على **1-800-385-4104** (للصم والبكم: **711**).

SERBO-CROATIAN: OBAVEŠTENJE: Ako govorite srpski, usluge jezičke pomoći dostupne su vam besplatno. Pozovite broj na poleđini vaše identifikacione kartice ili broj **1-800-385-4104** (TTY – telefon za osobe sa oštećenim govorom ili sluhom: **711**).

SOMALI: FEEJIGNAAN: Haddii af-Soomaali aad ku hadasho, adeegyada gargaarka luqadda, oo bilaash ah, ayaad heli kartaa. Wac lambarka ku qoran dhabarka dambe ee kaarkaaga aqoonsiga ama **1-800-385-4104** (Kuwa Maqalka ku Adag **711**).

THAI: ข้อควรระวัง: ถ้าคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทรติดต่อหมายเลขที่อยู่ด้านหลังบัตร ID ของคุณ หรือหมายเลข **1-800-385-4104** (TTY: **711**)