USC Student Health
Keck Medicine of USC

南加州大学
学生健康服务

24小时热线电话：213-740-9355（WELL）

2024 年夏季

以你为中心，
为你提供护理的家

医疗保健（基础和专科护理、健康中心实验室和放射科服务）

大学心理健康服务（评估、短期治疗、转诊、团体治疗、研讨会）

校园公共卫生（教育与预防）

多位一体的校园健康中心。
以上服务无需保险或自付费用——全部由学生健康费 (SHF) 覆盖，费用为每学期 650 美元。

何时何地可以找到我们

在MySHR (usc.edu/myshr) 上查找所有可用的预约

24小时电话服务：213-740-9355 (WELL)

Engemann
University Park校区（本科生）

主要服务于本科生以及人文、艺术与科学、社会科学、专业学校和牙科学生

Eric Cohen
Health Sciences校区（HSC）

主要为凯克医院附近Health Science校区的医学专业研究生提供服务

周一至周六（现场就诊）
周日（线上问诊）

健康中心下班后，还可通过 24小时电话服务获取服务，可联系指导护士、心理咨询服务和保密的幸存者支持服务。

对于周六现场就诊的需求，HSC 学生可以使用 Engemann 的服务。所有学生均可享受两个校区健康中心的服务。

医疗服务提供者

基础护理：经委员会认证的执业医师、执业医师助理 (PA) 和执业护士 (NP)

两性与生殖健康
两名妇科医生
一名两性与生殖健康执业护士

联合保健
理疗师
营养师

专科医生
过敏和皮肤病学

热门服务

痤疮治疗和皮肤病学	PreP 药物和 STI 检测	口服避孕药
心理咨询服务 （校园内多个地点均设有服务点）	疾病/受伤 （当天/次日预约）	研讨会 （睡眠、焦虑、压力、ADHD和其他常见情况的管理）
Let's Talk （与心理咨询师交谈 30 分钟）	理疗	LARC （长效可逆避孕药）*
由于 Let’s Talk 并非心理治疗，因此所有地区的学生都可以参加。所有临床心理治疗服务都要求学生位于加利福尼亚州。	过敏脱敏治疗	LARC 服务仅通过 SHIP/Aetna 提供。

准备工作

MySHR (usc.edu/myshr)

您的学生可能需要您的帮助才能完成以下任务——但请让他们主动承担！（请不要询问您的学生登录密码，这是不推荐的。）

完成同意书

如果学生未满 18 岁，则需要填写第三方同意书。否则，学生可以自行填写。

上传免疫接种信息

准备您的免疫接种记录并将其上传到 MySHR。

慎重考虑医保的选择——截止日期为 9 月 13 日。

您可以选择保留 SHIP/Aetna 或使用您已有的符合条件的医保。

SHIP/Aetna —— 国家医保计划

秋季：1,063 美元（5 个月）

春季 + 夏季：1,977 美元（7 个月）

365 天全年医保总计：3,040 美元

保险

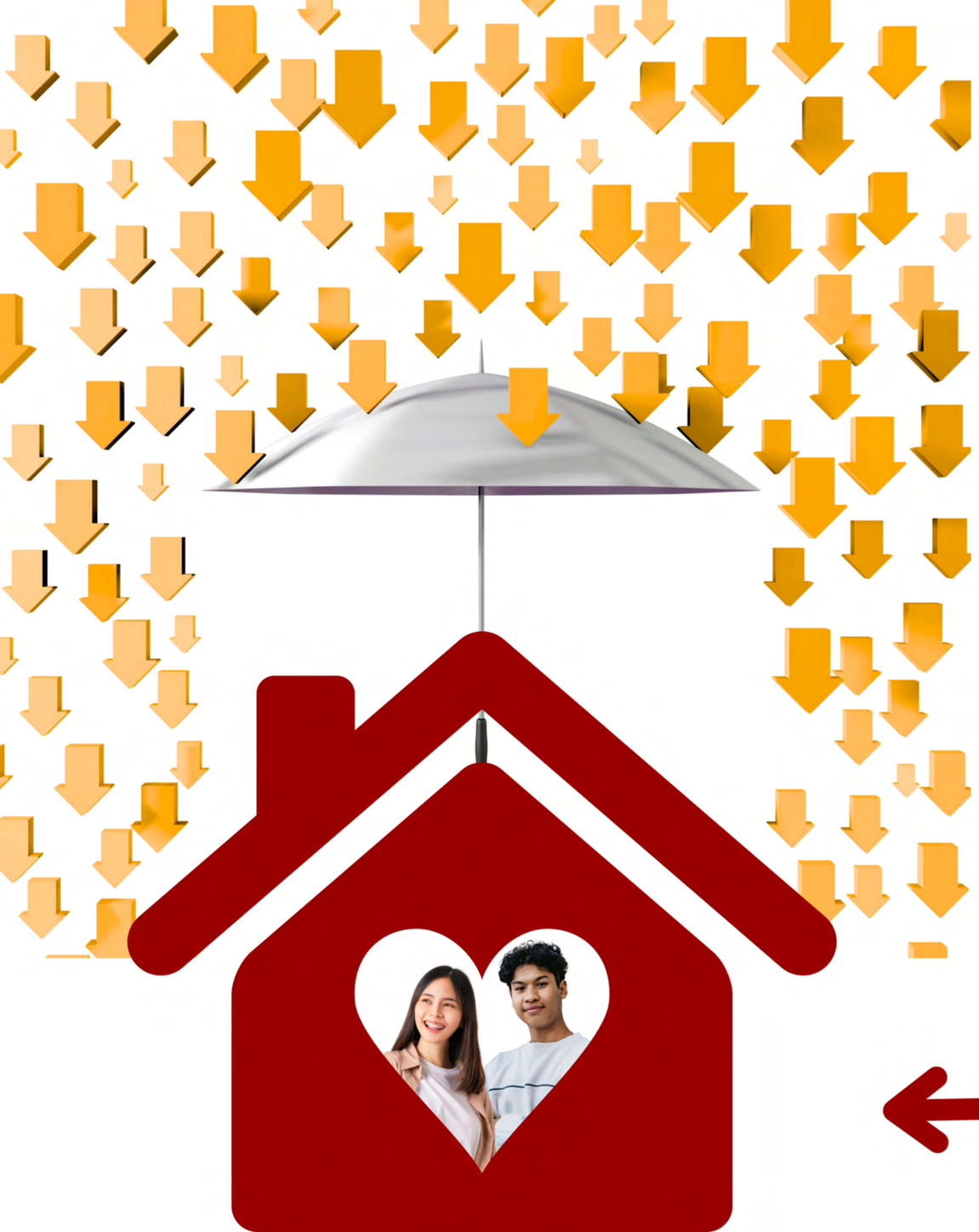
如果您正在考虑放弃 SHIP/Aetna 而使用其他保险计划……

确保您选择的医保计划满足您的需求

→ **强大的本地覆盖范围**
全面的南加州医疗网络

→ **悠久的历史**
拥有长久的服务历史和出色的客户支持

→ **您支付的部分**
当你必须使用保险时，低保费可能意味着更高的自负额



SHF + SHIP = 健康保障

SHIP

保险覆盖范围包括处方药、视力保健、实验室费用、疫苗、长期心理治疗或精神疾病治疗、住院治疗、急诊中心就诊、高级护理专家（心脏病学、神经病学、骨科医学、外科等）。这些可通过SHIP/Aetna 或您自己的医保覆盖。您可能需支付共付额（Copay）。

SHF

您的医疗保健基础是来自校内USC学生健康中心的服务（该服务由学生健康费SHF覆盖，每学期650 美元，无需共付额。）

CARES 服务模式

联系与沟通 Connect & Communicate

让每位患者/客户参与进来，倾听他们的需求，并以他们的回复为导向

多加询问 Ask

了解如何与患者共同采取下一步措施，改善其健康状况的最佳方式就是询问患者/客户

重复 Repeat

不断重复以便我们核实信息，并确保患者/客户完全了解下一步行动

完善收尾 Exit Strong

确保患者/客户能够顺利进行下一步，无论是寻找实验室、领取处方、进行后续预约还是转诊等。

咨询护士

我们曾经被问到一些有趣的问题...

- 类似流感的症状
- 松鼠抓伤和咬伤
- 过敏
- 胃部不适

使用 MySHR 中的“SECURE MESSAGE”（保密信息）选项向护士发送问题；或拨打 213-740-9355 (WELL) 来与护士取得联系。

v.121323

After Hours Care

Resources Available Around the Clock

If you need help with an immediate medical, mental health, or sexual assault concern, please call the **24/7** USC Student Health line at **(213) 740-9355** to speak to an advice nurse, on-call counselor, or confidential advocate.

When you need care right now:

Optum Urgent Care	Reliant Urgent Care
Monday - Friday 8am-7pm Closed Saturday & Sunday 1120 W. Washington Blvd. *(Within the Lyft Boundary!)* | (213) 623-2225	Monday - Friday 7am-7pm Saturday & Sunday 8am-4pm 814 S. San Francisco St. | (888) 312-6601
Exer Urgent Care	**PIH Good Samaritan Hospital**
Open Daily 9am-9pm 8985 Venice Blvd. | (424) 502-1020	Open 24 Hours 1230 W. 6th Street | (213) 977-2420

Should I go to the Emergency Room or Urgent Care?

When to consider Urgent Care:

- Cold/flu symptoms
- Low-level fever
- Sore throat
- Eye or ear infection
- Sprained ankle
- Small cuts that may require stitches
- Shortness of breath
- Painful urination

Estimated Wait Time: **15 minutes** *(Non-Emergencies)*

Co-pay for SHIP In-Network: **$50**

When to consider the Emergency Room:

- High fever
- Chest pain or difficulty breathing
- Persistent vomiting or diarrhea
- Serious injury, like a deep knife cut
- Broken bone
- Head injury or feared concussion

Estimated Wait Time: **2-6 hours** *(Non-Emergencies)*

In an Emergency

- Dial **911** for any emergency
- Dial **9-8-8** for the National Suicide Prevention Hotline
- Call **213-740-4321 (UPC)** and **323-442-1000 (HSC)** for the USC Department of Public Safety

24/7: 213-740-9355 (WELL)

USC Student Health
Keck Medicine of USC

Advice nurse available through MySHR during regular business hours to send a confidential message.

学生健康中心下班后

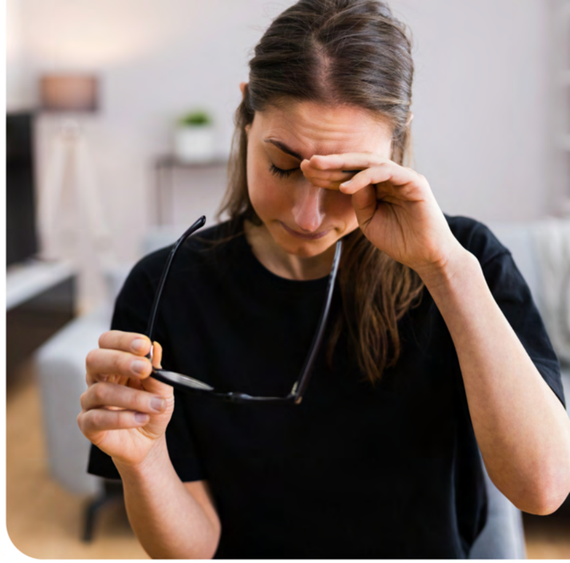
从 2024 年 7 月开始，学生健康中心的客服将全天候24小时接听电话。

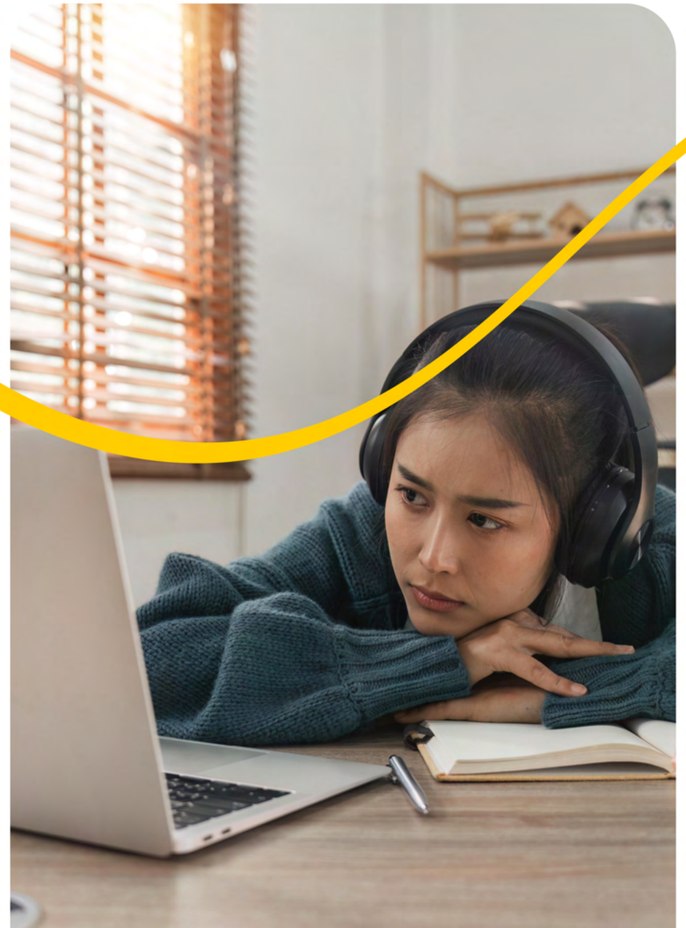
医疗团队提供在线咨询服务，截止时间为晚上 9 点；晚上 9 点后为紧急咨询服务时间。护士 24 小时全天候待命。心理咨询师和保密支持者也可通过 24 小时热线处理紧急事宜。

213-740-9355 (WELL)

新的开始，感触颇多

开始上大学意味着要搬到一个新城市，弄清楚你要做的事和他们的优先级，寻找社会关系，所有这些都是同时发生的。起起伏伏会一波一波地发生。





社交比较

你是否感觉：
“每个人都比我做得好。”

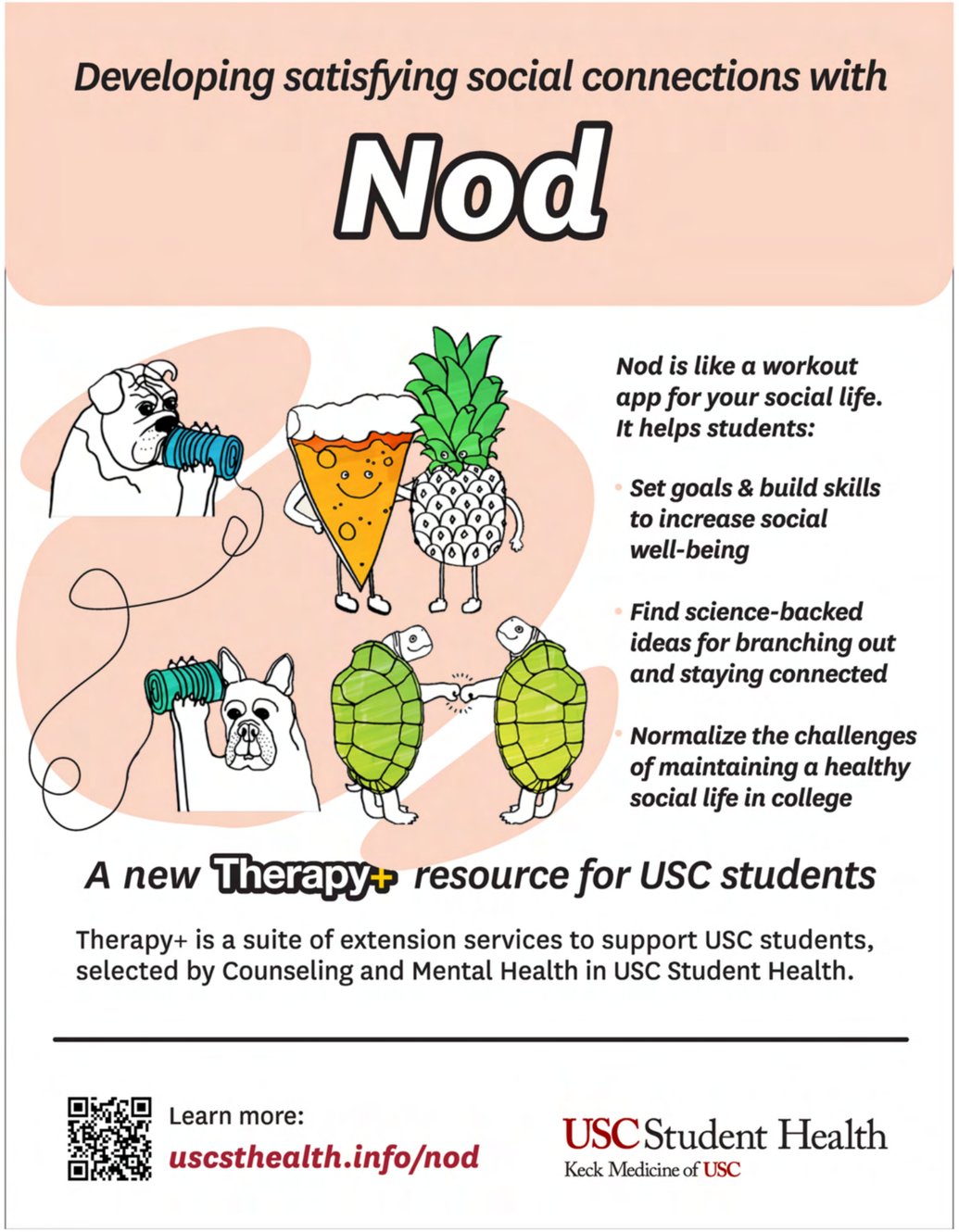
社交媒体很容易让人觉得每个人都过得很开心，相比之下，新生有时可能会感到孤独。

但事实上：
每个人都是新来的，并且可能都在经历类似的情绪。

Nod应用程序

（Therapy Plus 的一部分）

培养与他人建立真实连接的技能。



心理健康和咨询 (CMH) 在学生公平和包容计划的文化中心和一些学术部门都有专门的心理咨询师：Annenberg/传播和新闻、建筑、电影艺术、Dornsife、Gould/法律、Leventhal/会计、Marshall/商业。

心理健康非常重要

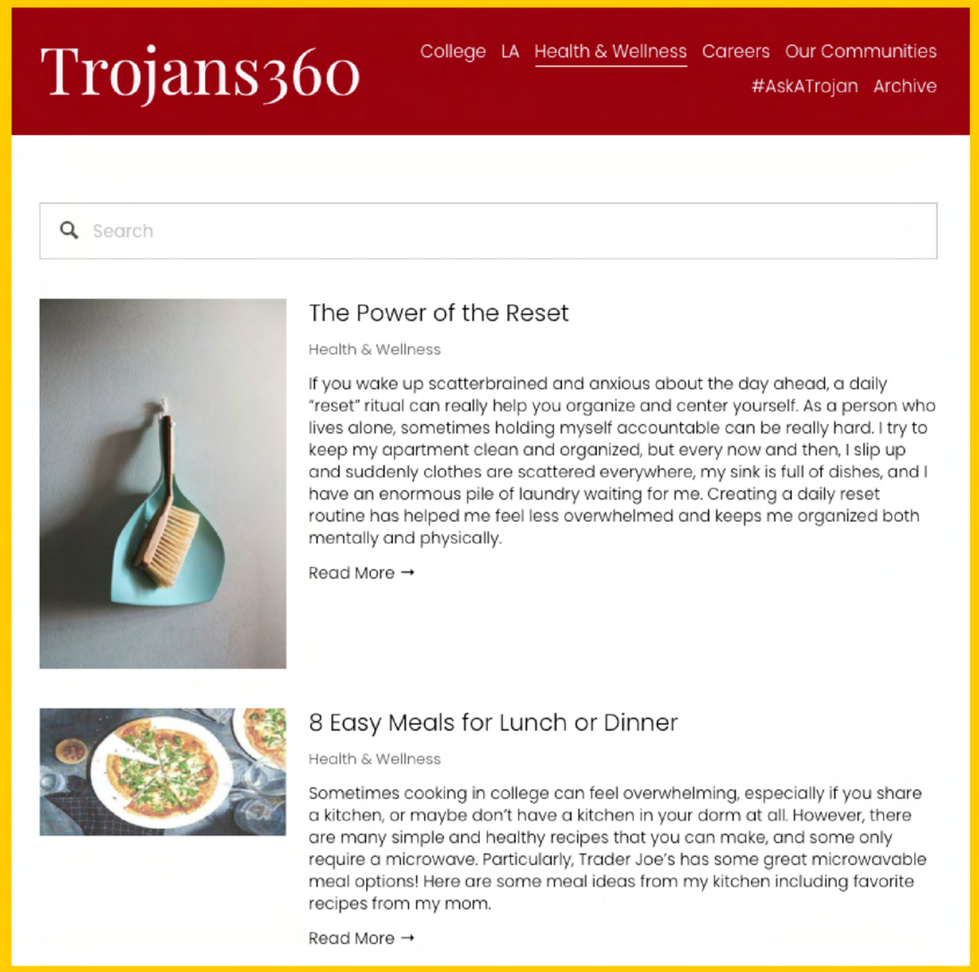
Drop-in hours (also called "Let's Talk") are available for students to spend 30 minutes with a therapist to explore a topic that they're thinking about. No paperwork is required, as this is not formal psychotherapy. **Walk-ins are also accepted.**

Learn more about embedded therapists.

APASS · LGBTQ+ 中心 · CBCSA · La CASA 国际学生 · 第一代大学生

为大学生精心挑选的文章，以及健康、人际关系和福祉的建议

Trojans360.com，由学生运营的博客网站



MySHR

是你安全的健康信息存储网站，通过该网站向USC学生健康中心获取医疗、心理健康、以及保密支持者等服务。

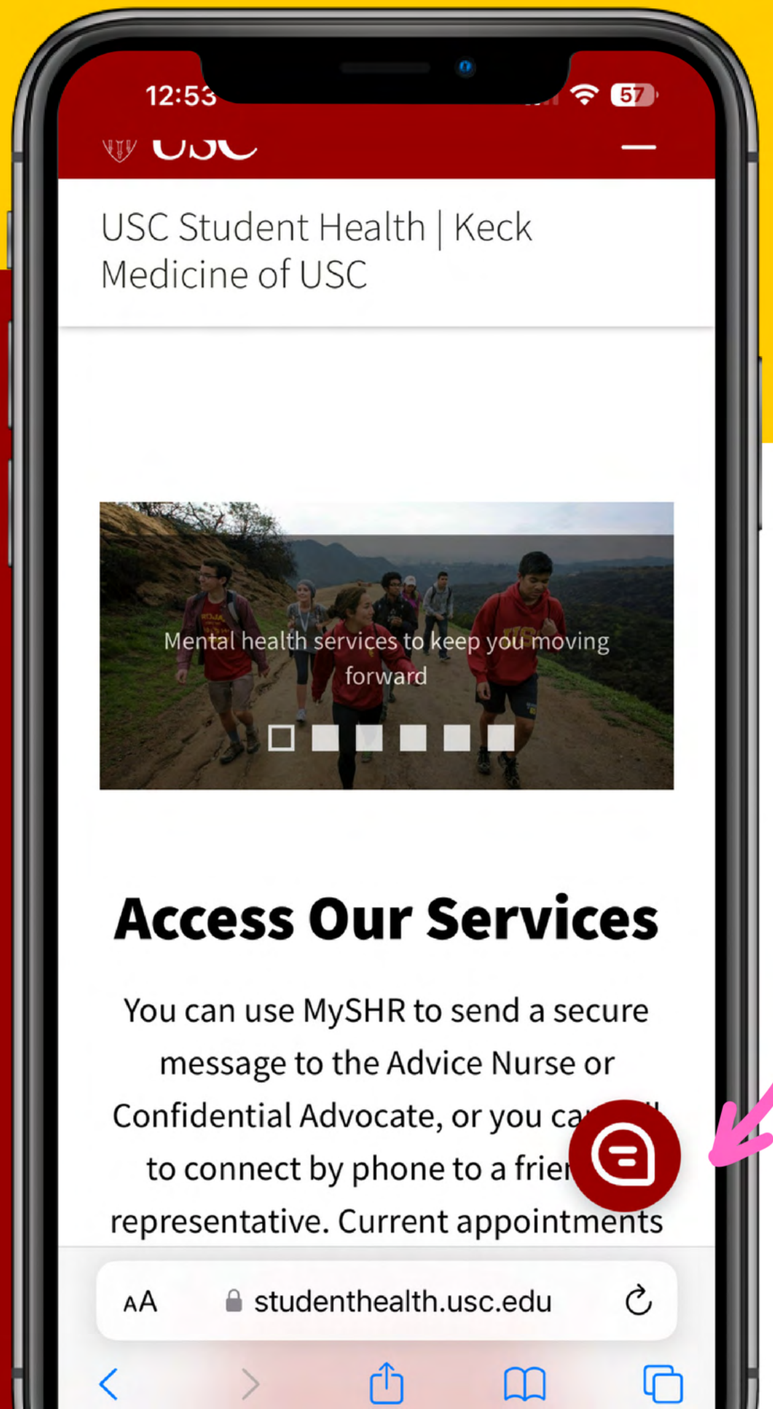
usc.edu/myshr

通过网络进行实时对话
studenthealth.usc.edu

电子邮件：studenthealth@usc.edu

Tuesdays Extended (7 AM – 5 PM) Los Angeles, PST	**Wednesdays Extended** (9 AM – 7 PM), Los Angeles, PST
Eastern (MA, NY, FL, EST): 10 AM – 8 PM Tues.	Eastern (MA, NY, FL): 12 noon – 10 PM Wed.
Central (IL, TX): 9 AM – 7 PM Tues.	Central (IL, TX): 11 AM – 9 PM Wed.
Hawaii (HI): 4 AM – 2 PM Tues.	Hawaii (HI): 6 AM – 4 PM Wed.
Mumbai/New Delhi: 7:30 PM Tues. – 5:30 AM Wed.	**Beijing/Shanghai/Taipei: 12 midnight Wed. – 10 AM Thurs.**
	Seoul: 1 AM – 11 AM Thurs.

Live chat hours begin the week of July 8, 2024.



实时对话
已开放

Summer THINGS TO DO

同意书与免疫文件

在 MySHR 中签署同意书并上传您的免疫接种信息

保险：在 9 月 13 日前做出决定

如果您决定保留 SHIP/Aetna，则无需采取任何行动。如果您选择放弃，请在 MySHR 的截止日期前提交申请。

PEMS（在线模块）截止日期为 8 月 25 日

所有学生应在抵达校园前完成必修的在线预防教育模块。请访问 sites.usc.edu/pems 了解详情。

练习独立

登录 MySHR，尝试自己与药剂师或医生交谈、预约、领取处方——这些都是你上大学时需要的重要生活技能。

uscsthealth.info/new_students