

Helping you stay informed about coronavirus (COVID-19)

UMR is working to ensure we are available to support you during this time. Here is general information about how you can best cope with COVID-19. For more specific information about your plan, log into your member portal or call the phone number on your member ID card.

The CDC is your best resource for COVID-19

The COVID-19 situation continues to quickly evolve. Go to the [CDC for the latest information](#) on COVID-19, including how to protect yourself, what to do if you are sick and if you should travel.

If you think you might have been exposed to COVID-19, call your health care provider right away. UMR members can find a network health care provider by selecting **Find a provider** on [umr.com](#) or by calling us using the phone number on your member ID card.

Resources for our members

- **Access your health plan account:** Sign in to [umr.com](#) to find network health care providers, benefits coverage and more.
- **Request early prescription refills:** If you need help obtaining an early prescription refill, call the pharmacy phone number on your member ID card. If your pharmacy benefits manager (PBM) is not OptumRx, please contact your PBM for their rules regarding COVID-19.
- **Call with COVID-19 benefits questions:** If you have health benefits questions or need help finding a health care provider, call the phone number on your UMR member ID card.
- **Get emotional support:** Call our emotional support line any time at **866-342-6892**. This 24/7 Optum Help Line is staffed by professionally trained mental health experts, free of charge and open to anyone.



Frequently asked questions

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) is the best place to go for [COVID-19 questions and information](#). UMR is here to support you and respond to your health benefits needs and questions.

What are the symptoms of COVID-19?

Symptoms may appear 2-14 days after exposure to the virus. People with these symptoms or combinations of symptoms may have COVID-19:

- Cough
- Shortness of breath

Or at least two of these symptoms:

- Fever
- Chills
- Repeated shaking with chills
- Muscle pain
- Headache
- Sore throat
- New loss of taste or smell

Some people — usually the elderly or the immunocompromised (those with an inadequate immune system or existing chronic conditions) — may experience more severe symptoms, such as pneumonia, severe acute respiratory syndrome or even death.

Is there a treatment for COVID-19?

At present, there is no specific treatment or vaccine for COVID-19. Please speak to your provider about whether or not you need testing.

Supportive care for affected individuals may include hydration, supplemental oxygen or mechanical ventilation for severe illness.

How can I protect myself from COVID-19?

Until there are more answers, you are advised to follow good prevention practices, including:

- Washing your hands frequently with soap and water for 20 seconds or using alcohol-based hand sanitizer with at least 60% alcohol if soap and water are not available.
- Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Clean and disinfect frequently touched surfaces, like your phone or computer.
- Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze then throw the tissue in the trash.

I may have been exposed to COVID-19. What should I do?

Call your primary care provider right away if you believe you might have been exposed to COVID-19. UMR members can find a network health care provider by selecting **Find a provider** on umr.com or by calling us using the phone number on your member ID card.

continued >

Where do I get the COVID-19 test?

If your health care provider determines you should be tested for COVID-19 and orders the test, they should work with local and state health departments to coordinate testing.

The most common place for testing is the health care provider's office or clinic. Also, several large retail outlets and drug stores will soon be offering drive-up testing in their parking lots. Your test may be sent to certain commercial labs authorized to perform the testing, a local public health laboratory, or the CDC.

Will my plan cover the cost of COVID-19 care? Will drive-up testing be an option?

If you meet the CDC guidelines for testing, and it's requested by your doctor, all costs for COVID-19 testing are waived.

In addition, costs are waived for visits associated with COVID-19 testing, whether the care is received in a physician's office, telehealth visit, an urgent care center or an emergency department, in- or out-of-network.

If you have coverage questions on testing, testing locations, treatments or anything else, please call the number on your health plan ID card.

If I have questions, can I call UMR?

Yes. We are here to answer your COVID-19 health benefits questions and help you access a network health care provider. Just call the phone number on your member ID card.



For additional information, visit <https://www.cdc.gov/nCoV> or who.int.

Le ayudamos a mantenerse informado sobre el coronavirus (COVID-19)

UMR trabaja para asegurarse de que podamos brindarle apoyo durante esta época. Aquí encontrará información general sobre cómo puede afrontar mejor al COVID-19. Para obtener información más específica sobre su plan, inicie sesión en su portal para miembros o llame al número de teléfono que aparece en su tarjeta de ID de miembro.

Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC) son su mejor recurso para obtener información sobre el COVID-19

La situación sobre el COVID-19 sigue evolucionando rápidamente. Visite los [CDC para obtener la información más actualizada sobre el COVID-19](#), lo que incluye formas de protegerse y lo que debe hacer si está enfermo y si debe viajar.

Si cree que puede haber estado expuesto al COVID-19, llame a su proveedor de cuidado de la salud de inmediato. Los miembros de UMR pueden encontrar un proveedor de cuidado de la salud de la red al seleccionar **Find a provider** (Busque un proveedor) en **umr.com** o llamando al número de teléfono que aparece en su tarjeta de ID de miembro.

Recursos para miembros

- **Solicite resurtidos anticipados de recetas:** si necesita ayuda para obtener un resurtido anticipado de recetas, llame al número de teléfono de la farmacia que aparece en su tarjeta de ID de miembro. Si su administrador de beneficios de farmacia (pharmacy benefits manager, PBM) no es OptumRx, comuníquese con su Administrador de Beneficios de Farmacia para conocer las reglas que se aplican a la enfermedad COVID-19.
- **Llame si tiene preguntas sobre los beneficios relacionados con el COVID-19:** si tiene preguntas sobre beneficios de salud o necesita ayuda para encontrar un proveedor de cuidado de la salud, llame al número de teléfono que aparece en su tarjeta de ID del miembro de UMR.
- **Acceda a la cuenta de su plan de salud:** inicie sesión en [umr.com](#) para buscar proveedores de cuidado de la salud de la red, cobertura de beneficios y mucho más.



- **Reciba apoyo emocional:** llame a nuestra línea de apoyo emocional en cualquier momento al **866-342-6892**. La línea de ayuda de Optum, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, es atendida por expertos en salud mental capacitados profesionalmente, libre de cargo y está disponible para cualquier persona.

Frequently asked questions

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) son el mejor lugar a donde acudir para obtener [información y respuestas a las preguntas sobre el COVID-19](#). UMR está aquí para brindarle apoyo y responder a sus preguntas y necesidades de beneficios de salud.

Puedo haber estado expuesto al COVID-19. ¿Qué debo hacer?

Llame a su proveedor de cuidado primario de inmediato si cree que puede haber estado expuesto al COVID-19. Los miembros de UMR pueden encontrar un proveedor de cuidado de la salud de la red al seleccionar **Find a provider** (Busque un proveedor) en umr.com o llamando al número de teléfono que aparece en su tarjeta de ID de miembro.

¿Dónde me puedo hacer el análisis de COVID-19?

Si su proveedor de cuidado de la salud determina que deben hacerle el análisis de COVID-19 y lo solicita, él debe trabajar con los departamentos de salud locales y estatales para coordinar dicho análisis.

El lugar más frecuente para hacer el análisis es el consultorio o la clínica del proveedor de cuidado de la salud.

Además, varios puntos de venta al por menor y farmacias grandes ofrecerán pronto los análisis en sus estacionamientos.

Su análisis puede enviarse a determinados laboratorios comerciales autorizados para hacer dicho análisis, a un laboratorio de salud pública local o a los CDC.

¿Cubrirá mi plan el costo del cuidado por COVID-19? ¿Serán una opción los análisis que se hacen sin bajar del vehículo?

Si usted califica según las pautas de los Centros para el Control y Detección de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC) para hacerse una prueba de detección, y si esta ha sido recetada por su médico, no se cobrará ninguno de los gastos relacionados con la prueba de detección de la COVID-19. Además, no se cobra por las visitas asociadas a las pruebas de detección de la COVID-19, ya sea si el cuidado ha sido proporcionado en el consultorio médico, una visita virtual, o un centro de cuidado de urgencia o un departamento de emergencias, dentro o fuera de la red. Si tiene preguntas sobre la cobertura de las pruebas de detección o sobre los lugares donde se realizan, llame al teléfono indicado en su tarjeta de ID del plan.

Si tengo una pregunta, ¿puedo llamar a UMR?

Sí. Estamos aquí para responder sus preguntas sobre los beneficios de salud relacionados con el COVID-19 y para ayudarle a acceder a un proveedor de cuidado de la salud de la red. Solo llame al número de teléfono que aparece en su tarjeta de ID de miembro.



Visite los [CDC](https://www.cdc.gov) para obtener la información más actualizada sobre el COVID-19