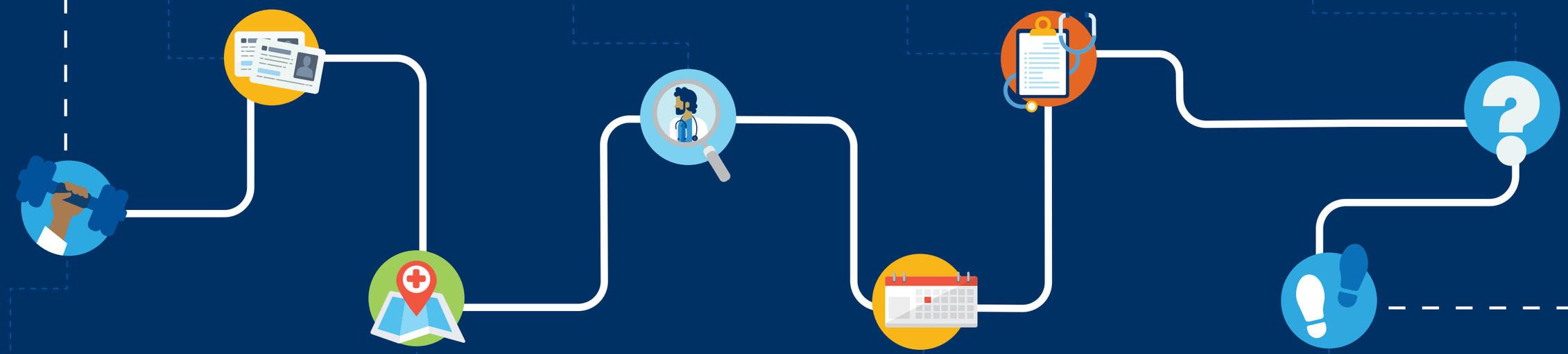
XEM LỘ TRÌNH CẢI THIỆN SỨC KHỎE CỦA QUÝ VỊ



Bước 1: Đặt Sức Khỏe của Quý Vị Lên Hàng Đầu

- Giữ gìn sức khỏe là điều quan trọng đối với quý vị và gia đình quý vị.
- Duy trì lối sống lành mạnh ở nhà, nơi làm việc và cộng đồng.
- Khám sức khỏe và kiểm soát các bệnh trạng mãn tính.
- Lưu giữ tất cả thông tin sức khỏe của quý vị ở một nơi.

Bước 2: Tìm Hiểu Chương Trình Bảo Hiểm Y Tế Của Quý Vị

- Kiểm tra với chương trình bảo hiểm y tế của quý vị để xem những dịch vụ nào được đài thọ (có thể được cung cấp trong cẩm nang hoặc trang web của chương trình bảo hiểm của quý vị).
- Nắm rõ chi phí của quý vị (phí bảo hiểm, khoản đồng thanh toán, khoản khấu trừ, khoản đồng bảo hiểm).
- Nắm rõ sự khác biệt giữa dịch vụ chăm sóc trong mạng lưới và ngoài mạng lưới.

Bước 3: Biết Nơi Cần Đến Để Được Chăm Sóc

- Đến khoa cấp cứu trong các trường hợp cấp cứu và những tình huống nguy hiểm đến tính mạng.
- Ưu tiên sử dụng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính khi không phải trường hợp cấp cứu hoặc tình huống nguy hiểm đến tính mạng.
- Biết rõ sự khác biệt giữa nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc cấp cứu.

Bước 4: Tìm Nhà Cung Cấp

- Tìm một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính tiếp nhận bảo hiểm của quý vị.
- Kiểm tra danh sách các nhà cung cấp trong chương trình bảo hiểm của quý vị.
- Hỏi những người mà quý vị tin tưởng xem nhà cung cấp của họ là ai. Quý vị cũng có thể tìm kiếm trên Internet.
- Nếu quý vị được chỉ định một nhà cung cấp, hãy liên hệ với chương trình bảo hiểm của quý vị nếu quý vị muốn thay đổi.

Bước 5: Đặt Lịch Hẹn

- Cho họ biết quý vị là bệnh nhân mới hay đã từng thăm khám trước đó.
- Cho biết tên chương trình bảo hiểm y tế của quý vị. Hỏi xem họ có tiếp nhận bảo hiểm của quý vị không.
- Cho họ biết tên của nhà cung cấp dịch vụ mà quý vị muốn thăm khám và lý do quý vị muốn đặt lịch hẹn.
- Hỏi ngày hoặc giờ phù hợp với quý vị.
- Hỏi những thứ quý vị cần mang theo khi đến lịch hẹn.

Bước 6: Chuẩn Bị Cho Lần Thăm Khám Của Quý Vị

- Mang theo thẻ bảo hiểm.
- Nắm rõ bệnh sử của quý vị, ví dụ như các bệnh hoặc chấn thương nghiêm trọng trước đây và thời điểm xảy ra, bất kỳ phản ứng dị ứng nào đối với thuốc và những lần tiêm chủng trước đây, cũng như bệnh sử của gia đình.
- Lập danh sách các loại thuốc mà quý vị đang dùng.
- Mang theo danh sách các câu hỏi và những điều cần thảo luận và ghi chú trong lần thăm khám của quý vị.
- Đi cùng người thân để được trợ giúp nếu cần.

Bước 7: Quyết Định Xem Nhà Cung Cấp Có Phù Hợp Với Quý Vị Hay Không

- Quý vị có cảm thấy thoải mái với nhà cung cấp mà quý vị đã thăm khám không?
- Quý vị có thể hiểu nhà cung cấp của mình không? Nhà cung cấp của quý vị có hiểu quý vị không?
- Quý vị có cảm thấy quý vị và nhà cung cấp của quý vị có thể cùng nhau đưa ra các quyết định phù hợp không?
- Hãy nhớ rằng: quý vị có thể thay đổi sang một nhà cung cấp khác!

Nếu quý vị muốn thay đổi nhà cung cấp của mình, hãy quay lại Bước 4.

Bước 8: Các Bước Tiếp Theo Sau Khi Đặt Lịch Hẹn

- Làm theo hướng dẫn của nhà cung cấp của quý vị.
- Mua bất kỳ loại thuốc theo toa nào mà quý vị được cấp. Dùng thuốc theo chỉ dẫn.
- Đặt lịch tái khám nếu quý vị cần.
- Xem lại Bản Giải Thích Quyền Lợi của quý vị để đảm bảo rằng thông tin chính xác.
- Thanh toán các hóa đơn chăm sóc sức khỏe của quý vị.
- Liên hệ với nhà cung cấp hoặc chương trình bảo hiểm y tế nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc nào.

go.cms.gov/c2c Do Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ chi trả. Ngày Sửa Đổi: Tháng 10 năm 2024 Số xuất bản 11822-V