



TRUNG TÂM DỊCH VỤ MEDICARE & MEDICAID

Medicare Bảo Hiểm Các Dụng Cụ Cung Cấp & Dịch Vụ Cho Bệnh Tiểu Đường



Quyển tài liệu nhỏ chính thức của chính quyền này chứa đựng những thông tin quan trọng về các vấn đề sau đây:

- Những gì được bảo hiểm
- Những gì không được bảo hiểm
- Những lời khuyên quý báu để giúp giữ gìn sức khỏe
- Tìm kiếm thêm thông tin ở đâu



MỤC LỤC

Lời nói đầu	1-2
Mục 1: Sơ Lược về Medicare Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường	3-6
Mục 2: Medicare Phần B- Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp cho Bệnh Tiểu Đường	7-11
Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm	7-9
Ống bơm insulin	10
Giày điều trị hoặc những miếng lót	10-11
Mục 3: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường	13-14
Insulin	13
Những thuốc kháng trị bệnh tiểu đường	13
Thiết bị cung cấp cho bệnh tiểu đường	14
Mục 4: Các Dịch Vụ cho Bệnh Tiểu Đường được Medicare Chi Trả ...	15-21
Dò tìm (screening) bệnh tiểu đường	15-16
Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường	16-18
Những dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị	19
Khám kiểm tra bàn chân và điều trị	20
Thử nghiệm huyết cầu tố (hemoglobin) A1c	20
Thử nghiệm tăng nhãn áp mắt (glaucoma)	20
Khám nghiệm chuyên biệt cho mắt	20
Chích ngừa cho bệnh cúm và bệnh nhiễm trùng đường phổi	20
Khám sức khỏe – Lần khám sức khỏe “Chào Mừng vào Medicare”	21
Những cung cấp và dịch vụ không được bảo hiểm bởi Medicare	21
Mục 5: Những lời khuyên có ích và các nguồn tài nguyên	23-26
Thông tin dành cho người có lợi tức và tài nguyên giới hạn	23
Lời khuyên giúp kèm chế bệnh tiểu đường	24
Số điện thoại và mạng (websites)	25-26

Quyển tài liệu nhỏ này giải thích những quyền lợi của quý vị sử dụng chương trình Medicare Gốc (Original Medicare). “Medicare Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp và Dịch Vụ cho Bệnh Tiểu Đường” không phải là một tài liệu pháp lý. Các hướng dẫn pháp lý của Chương Trình Chính Thức Medicare nằm trong các quy chế, luật lệ và quyết định liên hệ.

LỜI NÓI ĐẦU

Quyển tài liệu nhỏ này giải thích các cung cấp và dịch vụ cho bệnh tiêu đường được Medicare bảo hiểm trong chương trình Medicare Gốc, và có Medicare Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa (Phần D).

Bảo Hiểm Gốc là bảo-hiểm-trả-phí-theo-dịch-vụ được chính quyền thanh toán trực tiếp cho các nhà sản sóc sức khỏe cho quý vị về những quyền lợi bảo hiểm mà quý vị được hưởng trong Phần A và/hoặc trong Phần B.

Nếu quý vị có một bảo hiểm khác hỗ trợ thêm cho Bảo Hiểm Gốc, như Chương Trình Medigap (Medicare Supplement Insurance) thì có thể quý vị được chương trình này trả hỗ trợ thêm cho các dịch vụ được nêu trong quyển tài liệu nhỏ này. Nên liên hệ với người quản lý các quyền lợi bảo hiểm của quý vị để có thêm thông tin.

Nếu quý vị đang ở trong Chương Trình Medicare Thuận Lợi/Medicare Advantage Plan (như HMO hoặc PPO) hoặc ở trong một Chương Trình Bảo Hiểm Sức Khỏe nào khác thì chương trình bảo hiểm của quý vị phải cung cấp ít nhất là những quyền lợi bảo hiểm tương đương với Bảo Hiểm Gốc, nhưng có thể với những quy tắc luật lệ khác nhau. Những chi phí, quyền lợi, bảo vệ và lựa chọn nơi nào để quý vị được sản sóc tốt cũng tùy thuộc vào chương trình quý vị lựa chọn. Quý vị có thể có được những quyền lợi nhiều khác. Nên đọc tài liệu của bảo hiểm của quý vị, hoặc gọi cho người quản lý quyền lợi bảo hiểm của quý vị để biết thêm thông tin về quyền lợi bảo hiểm.

Medicare là gì?

Medicare là bảo hiểm sức khỏe cho những người 65 tuổi hoặc trên 65 tuổi, dưới 65 tuổi với khuyết tật (certain disabilities), hoặc ở bất cứ tuổi nào với Giai-Đoạn-Cuối Bệnh Thận Suy/End-Stage Renal Disease - ESRD (thận suy thường trực cần điều trị chuyên hoặc cần thay thế thận).

LỜI NÓI ĐẦU

Những Phần Khác Nhau Của Medicare

Những phần khác nhau của Medicare giúp bảo hiểm các dịch vụ chuyên biệt nếu quý vị hội đủ một vài điều kiện nào đó. Medicare có những phần như sau:

Medicare Phần A (Bảo Hiểm Bệnh Viện/Hospital Insurance) giúp bảo hiểm khi quý vị điều trị tại bệnh viện. Phần A cũng giúp bảo hiểm điều trị tại các cơ sở dưỡng lão chuyên, cơ sở điều dưỡng bệnh nặng (hospice), và các sản sóc sức khỏe tại nhà.

Medicare Phần B (Bảo Hiểm Y Tế/Medical Insurance) giúp bảo hiểm các dịch vụ bác sĩ và điều trị ngoại trú bệnh viện. Phần B cũng giúp bảo hiểm một số dịch vụ phòng ngừa bệnh hầu duy trì sức khỏe và giúp giữ gìn vài loại bệnh không trở nên tồi tệ hơn.

Medicare Phần C (Medicare Chương Trình Thuận Lợi/Medicare Advantage Plans) (như loại HMO hoặc PPO) là một bảo hiểm sức khỏe lựa chọn điều hành bởi các công ty tư được sự chấp thuận của Medicare. Bảo hiểm này bao gồm cả Phần A, Phần B và thông thường nhiều phần khác kể cả phần bảo hiểm thuốc theo toa, Phần D. Các chương trình này phải bảo hiểm các dịch vụ thiết yếu về y tế. Tuy nhiên, chương trình có thể phải tính các phí khác nhau cho các phần đồng trả (copayments), phần phụ trả (coinsurance), hoặc khoản khấu trừ (deductibles) cho những dịch vụ đó.

Medicare Phần D (Bảo Hiểm Thuốc Theo Toa/Prescription Drug Coverage) giúp bảo hiểm chi phí mua thuốc theo toa. Bảo hiểm này có thể giúp quý vị trả một phí mua thuốc theo toa thấp hơn và giúp bảo vệ chống lại giá phí cao hơn trong tương lai. Muốn biết thêm thông tin về Medicare, nên thăm viếng www.medicare.gov/Publications/Pubs/10050.pdf để xem quyển sách cầm tay, “Medicare & You”, hoặc gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người sử dụng máy điện toán TTY nên gọi số 1-877-486-2048.

Trước khi quý vị đọc tiếp các phần sau đây, nên tìm cách quen thuộc với các từ ngữ liệt kê dưới đây:

Phần phụ trả/Coinsurance: Đây là khoảng tiền quý vị có thể được yêu cầu phải trả xem như phần đóng góp của mình cho phí dịch vụ, sau khi đã trả bất cứ một khoản khấu trừ nào. Phần phụ trả này thường là một tỷ lệ phần trăm (ví dụ, 20%).

Khoản khấu trừ/Deductible: Đây là khoản tiền quý vị phải trả cho việc sản sóc sức khỏe hoặc thuốc men theo toa trước khi chương trình bảo hiểm Medicare Gốc, chương trình bảo hiểm thuốc theo toa, hoặc một chương trình bảo hiểm khác của quý vị bắt đầu trả tiếp.

Số tiền được Medicare chấp thuận: Trong chương trình bảo hiểm Medicare Gốc, đây là số tiền mà bác sĩ hoặc nhà cung cấp tham gia chương trình chấp nhận được trả. Số tiền này bao gồm phần Medicare trả và phần quý vị trả như một khoản khấu trừ nào đó, phần phụ trả, hoặc phần đồng trả (any deductible, coinsurance and copayment). Số tiền có thể thấp hơn giá mà bác sĩ hoặc nhà cung cấp đưa ra.

1

Mục 1: Sơ Lược về Medicare Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Bảng tài liệu bên dưới và trên trang 6-9 liệt kê một cách tổng quát về một số các dịch vụ và cung cấp cho bệnh tiểu đường do Medicare bảo hiểm (Phần B và Phần D). Thông thường, Medicare Phần B/Bảo Hiểm Y Tế bảo hiểm các dịch vụ y tế cần thiết cho người bị bệnh tiểu đường. Ngoài ra, Medicare Phần B còn bảo hiểm cho một số dịch vụ phòng ngừa cho những ai có nguy cơ mắc bệnh tiểu đường. Medicare Phần D/Bảo hiểm thuốc theo toa cũng bảo hiểm các cung cấp dùng để bơm insulin cho người bệnh tiểu đường. Quý vị buộc phải có Bảo Hiểm Medicare Phần B và/hoặc Phần D để được bảo hiểm các loại dịch vụ và cung cấp này.

Cung Cấp/ Dịch Vụ	Phần được bảo hiểm	Phần quý vị phải trả
Thuốc kháng trị bệnh tiểu đường	Medicare Phần D bảo hiểm các loại thuốc đề kháng lại bệnh tiểu đường để duy trì đường trong máu (glucose)	Phần phụ trả hoặc phần đồng trả (Coinsurance and copayment) Phần D/ khoản khấu trừ (deductible) có thể phải trả
Dò tìm bệnh tiểu đường Xem trang 15-16	Medicare Phần B bảo hiểm cho các thử nghiệm để dò tìm bệnh tiểu đường. Việc dò tìm này sẽ được bảo hiểm nếu quý vị cảm thấy có một vài triệu chứng nguy hại như sau: áp huyết cao, có quá trình mức độ cholesterol và triglyceride/mỡ trong máu bất bình thường (dyslipidemia), bị phát phì, hoặc có quá trình đường trong máu cao. Các thử nghiệm cũng có thể được bảo hiểm nếu quý vị trả lời “Có” từ hai hoặc trên các câu hỏi sau đây: <ul style="list-style-type: none"> • Bạn ở độ tuổi 65 hoặc hơn? • Bạn có bị quá cân/overweight không? • Bạn có thuộc một gia đình bị tiểu đường (cha mẹ, anh chị em) không? • Bạn có một quá trình đối phó với bệnh tiểu đường khi mang thai hoặc bạn có sinh em bé cân nặng trên 9 cân/pound không? Dựa trên các kết quả thử nghiệm này, quý vị có thể được bảo hiểm cho việc dò tìm bệnh hai lần mỗi năm.	Không phải trả phần phụ trả, phần đồng trả, hoặc Phần B/ khoản khấu trừ. Thông thường, 20% trên giá Medicare chấp thuận phải được trả cho dịch vụ bác sĩ.

Cung Cấp/ Dịch Vụ	Phần được bảo hiểm	Phần quý vị phải trả
<p>Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường Xem trang 16-18</p>	<p>Medicare Phần B bảo hiểm cho việc huấn luyện ngoại trú cho những người có nguy cơ gặp khó khăn với bệnh tiểu đường, hoặc vừa khám thấy bị bệnh tiểu đường để họ có thể tự đối phó với bệnh tiểu đường của họ. Bác sĩ của quý vị hoặc nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe cần phải cung cấp một chứng nhận thư cho cơ sở huấn luyện hợp pháp để cho người bệnh tiểu đường được dự khóa học tự đối phó với bệnh.</p>	<p>20% trên giá được Medicare chấp thuận sau khi đã trả phần B/ khoản khấu trừ của năm</p>
<p>Những cung cấp cho bệnh tiểu đường (Phần B) (Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm trong trang 7-9)</p>	<p>Medicare Phần B bảo hiểm một số cung cấp cho bệnh tiểu đường, bao gồm thiết bị thử đường trong máu (glucose), băng thử nghiệm đường trong máu, thiết bị dùng lưỡi trích và lưỡi trích, và giày điều trị (trong vài trường hợp). Có thể có giới hạn về số lượng và nhu cầu của các cung cấp này.</p>	<p>20% trên giá được Medicare chấp thuận sau khi đã trả phần B/ khoản khấu trừ của năm.</p>
<p>Những cung cấp cho bệnh tiểu đường (Phần D) Xem trang 14</p>	<p>Medicare Phần D bảo hiểm một số cung cấp y tế để sử dụng tiêm nạp insulin (như ống chích, kim chích, gạt khử trùng, gạt, và dụng cụ đưa insulin vào qua đường hô hấp (hít vào))</p>	<p>Phần phụ trả hoặc phần đồng trả. Phần D/khoản khấu trừ có thể phải trả.</p>
<p>Chích ngừa Bệnh Cúm và Bệnh Nhiễm Trùng Đường Phổi Xem trang 20</p>	<p>Chích ngừa Bệnh Cúm Để giúp phòng ngừa bệnh cúm hoặc virút bệnh cúm. Việc chích ngừa này được bảo hiểm một lần vào mùa dịch cúm trong mùa Thu hoặc mùa Đông. Quý vị cần phải chích ngừa để kháng lại các virút mới của mỗi năm. Medicare Phần B bảo hiểm việc chích ngừa này.</p> <p>Chích ngừa Bệnh Nhiễm Trùng Đường Phổi Để giúp phòng ngừa nhiễm trùng đường phổi (như vài loại xung phổi). Đa số người chỉ cần chích ngừa một lần cho suốt cuộc đời. Medicare Phần B bảo hiểm việc chích ngừa này.</p>	<p>Không phải trả phần phụ trả hoặc phần đồng trả hoặc Phần B/ khoản khấu trừ nếu bác sĩ hoặc nhà săn sóc sức khỏe của quý vị chấp nhận quy định của Medicare.</p>

Mục 1: Sơ Lược về Medicare Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Cung Cấp/ Dịch Vụ	Phần được bảo hiểm	Phần quý vị phải trả
Khám kiểm tra bàn chân và điều trị Xem trang 20	Medicare Phần B bảo hiểm các khám nghiệm chân mỗi 6 tháng cho những ai bị bệnh tiểu đường đến tình trạng suy thoái thần kinh tứ chi (tay và chân) và mất cảm giác với điều kiện người bệnh không đến thăm chuyên viên săn sóc chân vì một lý do bệnh khác giữa các lần khám bệnh (between visits)	20% trên giá được Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/ khoản khấu trừ cho năm
Thử nghiệm Tăng Nhãn Áp Mắt (glaucoma) Xem trang 20	Medicare Phần B bảo hiểm những thử nghiệm để giúp tìm ra bệnh tăng nhãn ở mắt. Được bảo hiểm một lần trong 12 tháng đối với người có nguy cơ cao bị bệnh tăng nhãn áp. Quý vị sẽ liệt vào nguy cơ cao bị bệnh tăng nhãn áp nếu quý vị bị bệnh tiểu đường, hoặc có tiền sử gia đình bị bệnh tăng nhãn áp, hoặc quý vị là người Mỹ gốc Châu Phi và tuổi 50 hoặc trên, hoặc là người Hispanic và tuổi 65 hoặc trên. Thử nghiệm phải được thực hiện bởi một bác sĩ chuyên khoa mắt, được tiểu bang công nhận hợp lệ	20% trên giá được Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/ khoản khấu trừ cho năm
Insulin Xem trang 13	Medicare Phần D bảo hiểm cho insulin, loại không dùng ống bơm để đưa insulin vào cơ thể	Phần phụ trả hoặc phần đồng trả Phần D/khoản khấu trừ có thể phải trả
Ống bơm insulin Xem trang 10	Medicare Phần B bảo hiểm cho thiết bị bơm insulin vào cơ thể và cho insulin. Loại thiết bị này được dùng dưới dạng thiết bị y tế lâu bền dành cho những người hợp lệ với tiêu chuẩn đòi hỏi.	20% trên số tiền được Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/ khoản khấu trừ của năm
Dinh dưỡng y tế để điều trị Xem trang 19	Medicare Phần B có thể bảo hiểm cho dinh dưỡng y tế để điều trị và một số dịch vụ liên hệ nếu quý vị bị bệnh tiểu đường hoặc bệnh về thận, và có bác sĩ gửi đến dịch vụ này.	20% trên số tiền được Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/ khoản khấu trừ của năm

Mục 1: Sơ Lược về Medicare Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Cung Cấp/ Dịch Vụ	Phần được bảo hiểm	Phần quý vị phải trả
<p>Khám sức khỏe (lần khám sức khỏe “Chào Mừng Vào Medicare”) Xem trang 21</p>	<p>Medicare Phần B bảo hiểm một lần khám sức khỏe, và giáo dục và cố vấn về các dịch vụ phòng ngừa, bao gồm một số dò tìm bệnh (screening), chích ngừa, và giấy giới thiệu đến cơ sở săn sóc khác khi cần thiết.</p> <p>Ghi chú: Năm 2008, việc khám này phải được thực hiện trong 6 tháng đầu ngay khi quý vị có Medicare Phần B. Năm 2009, việc khám này sẽ được bảo hiểm nếu quý vị thực hiện trong 12 tháng đầu ngay khi quý vị có Medicare Phần B, dù ngày ghi danh Phần B có hiệu lực bắt đầu trong năm 2008.</p>	<p>2008 Phần phụ trả hoặc phần đồng trả và Phần B khoản khấu trừ của năm.</p> <p>2009 20% trên số tiền được Medicare chấp thuận, và không phải trả Phần B/khoản khấu trừ.</p>
<p>Giày điều trị hoặc những miếng lót. Xem trang 10-11</p>	<p>Medicare Phần B bảo hiểm cho giày điều trị hoặc những miếng lót cho những người bị bệnh tiểu đường đến tình trạng nghiêm ngặt bệnh ở bàn chân. Bác sĩ điều trị tiểu đường của quý vị phải xác nhận nhu cầu cần đến loại giày điều trị hoặc những miếng lót này. Giày và những miếng lót phải do một bác sĩ chuyên khoa về bàn chân (podiatrist) kê toa hoặc do bác sĩ hợp lệ khác và sẽ được cung cấp bởi một bác sĩ chuyên khoa về bàn chân, các chuyên gia về chân tay giả, chuyên gia về dụng cụ hỗ trợ cho người khuyết tật (orthotist, prosthetist, pedorthist).</p>	<p>20% trên số tiền được Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/ khoản khấu trừ của năm</p>

2

Mục 2: Medicare Phần B – Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp Cho Bệnh Tiểu Đường

Mục này cung cấp thông tin về Medicare Phần B (Bảo Hiểm Y Tế) và những bảo hiểm về các cung cấp cho bệnh tiểu đường. Medicare bảo hiểm cho một số cung cấp nếu quý vị bị bệnh tiểu đường và có Medicare Phần B. Những loại cung cấp được bảo hiểm bao gồm các loại như sau:

- Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm. Xin xem phần dưới đây và các trang 8-9.
- Ống bơm insulin. Xem trang 10
- Giày điều trị hoặc những miếng lót. Xem trang 10

Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm.

Máy thử đường trong máu (còn gọi là glucose trong máu/blood glucose) và các cung cấp đều được bảo hiểm cho mọi người có Medicare Phần B và bị bệnh tiểu đường, kể cả khi quý vị không dùng đến insulin.

Những cung cấp để tự thử nghiệm bao gồm các loại sau đây:

- Máy theo dõi mức đường trong máu (blood sugar monitor)
- Băng thử nghiệm (strip test) đường trong máu
- Thiết bị dùng lưỡi trích và lưỡi trích
- Phương thức kiểm soát glucose để đo lường độ chính xác của các thiết bị thử nghiệm và các băng thử nghiệm

Medicare Phần B bảo hiểm cùng một loại cung cấp để thử nghiệm đường trong máu cho những người bị bệnh tiểu đường dù có sử dụng hay không insulin. Tuy nhiên, số lượng cung cấp được bảo hiểm thay đổi tùy theo. Nếu quý vị dùng insulin, quý vị có thể được cung cấp đến 100 băng dài và lưỡi trích mỗi tháng, và một thiết bị dùng lưỡi trích mỗi 6 tháng.

Nếu quý vị không dùng insulin, quý vị có thể được cung cấp 100 băng dài và lưỡi trích mỗi 3 tháng, và một thiết bị dùng lưỡi trích mỗi 6 tháng.

Nếu bác sĩ của quý vị cho biết là cần thiết thì **Medicare sẽ chấp thuận thêm số lượng băng dài và lưỡi trích.** “Cần thiết” nghĩa là những dịch vụ và cung cấp là thiết yếu cho sự chẩn đoán hoặc điều trị tình trạng bệnh trạng của quý vị và theo đúng tiêu chuẩn đòi hỏi của y khoa thực hành.

Nếu quý vị có câu hỏi về các cung cấp cho bệnh tiểu đường, xin gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048.

Mục 2: Medicare Phần B – Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp Cho Bệnh Tiểu Đường

Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm (tiếp theo)

Tôi phải yêu cầu bác sĩ những gì để có những cung cấp bảo hiểm này?

Medicare chỉ bảo hiểm cho thiết bị tự thử đường trong máu và các cung cấp nếu bạn được bác sĩ của mình kê toa. Trong toa bác sĩ cần có những thông tin như sau:

- Bạn có bị tiểu đường không
- Loại máy theo dõi mức đường trong máu nào cần cho bạn và tại sao lại cần (Nếu bạn cần một máy đặc biệt vì thị lực yếu thì bác sĩ phải giải thích rõ)
- Bạn có dùng insulin hay không
- Bao lâu thì bạn cần thử nghiệm mức độ đường trong máu
- Bao nhiêu băng dài và lưỡi trích bạn cần cho 1 tháng

Tôi nhận được các cung cấp này ở đâu?

- Bạn có thể đặt hàng và đến lấy các cung cấp tại nhà thuốc tây của mình.
- Bạn có thể đặt mua các cung cấp tại một nhà chuyên cung cấp thiết bị y khoa. Thông thường, “nhà cung cấp” là bất cứ một công ty, một người, hay một cơ sở nào cung cấp cho bạn một sản phẩm hay dịch vụ y tế, ngoại trừ khi bạn đang điều trị nội trú tại bệnh viện hay tại cơ sở dưỡng lão chuyên. Nếu bạn định nhận các cung cấp theo hình thức này, thì bạn phải tự mình đặt hàng. Bạn cần có một toa thuốc của bác sĩ để đặt hàng, và bác sĩ không thể đặt mua các cung cấp cho bạn được.

Nên nhớ những điều sau đây:

- Bạn phải yêu cầu một số dự trữ (refill) của các cung cấp
- Bạn cần một toa thuốc mới của bác sĩ cứ mỗi 12 tháng để được cung cấp lưỡi trích và băng thử nghiệm (strip test).

Ghi chú: Medicare sẽ không thanh toán bất cứ những cung cấp nào mà quý vị không đặt yêu cầu, hoặc bất cứ cung cấp nào mà các nhà cung cấp tự động gửi đến cho quý vị, kể cả máy theo dõi mức đường trong máu, băng dài, và lưỡi trích. Nếu quý vị nhận được những cung cấp tự động gửi đến, nhận được quảng cáo có tính cách sai lạc, hoặc nghi ngờ gian lận trong các cung cấp cho bệnh tiểu đường của quý vị, thì nên gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048.

Quý vị phải đặt mua các cung cấp từ một nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp là thành viên của Medicare. Nếu quý vị đặt mua tại một nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp không phải là thành viên của Medicare, Medicare sẽ không thanh toán. **Quý vị sẽ phải thanh toán tổng số tiền trên hóa đơn cho các cung cấp đặt mua tại nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp không là thành viên của Medicare.**

Máy thử đường trong máu và các thiết bị đi kèm (tiếp theo)

Những đòi hỏi thanh toán (claim) được trả như thế nào?

Tất cả nhà thuốc tây và nhà cung cấp thành viên của Medicare phải nộp đòi hỏi thanh toán cho băng thử nghiệm máy theo dõi mức đường trong máu (blood sugar/glucose monitor test trips). Quý vị không thể tự mình nộp đơn đòi hỏi thanh toán cho băng thử nghiệm máy theo dõi mức đường trong máu được.

Quý vị cũng phải biết chắc rằng nhà thuốc tây và nhà cung cấp này đã chấp nhận điều kiện (accept assignment) của Medicare về các cung cấp được Medicare bảo hiểm. Điều kiện là một thỏa thuận giữa quý vị (người có Medicare), Medicare, bác sĩ, và các nhà cung cấp y tế khác. **Như thế có thể tiết kiệm tiền cho quý vị.** Nếu nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp chấp nhận điều kiện, Medicare sẽ thanh toán thẳng cho nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp này.

Quý vị chỉ phải trả phần phụ trả của mình khi nhận các cung cấp từ một nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp thành viên. Nếu nhà thuốc tây hoặc nhà cung cấp **không nhận điều kiện của Medicare**, giá cả có thể tính cao hơn, và quý vị phải trả nhiều tiền hơn. Quý vị cũng có thể phải trả toàn bộ chi phí ngay khi nhận dịch vụ, và chờ cho đến khi Medicare gửi trả lại phần đóng góp của họ vào chi phí.

Trước khi đặt mua một cung cấp gì, điều quan trọng là hỏi nhà cung cấp hoặc nhà thuốc tây các câu hỏi như sau:

- Quý vị có ghi danh làm thành viên của Medicare không?
- Quý vị có chấp nhận điều kiện của Medicare không?

Nếu câu trả lời cho bất cứ câu nào trong hai câu là “không” thì quý vị nên gọi một nhà cung cấp hay nhà thuốc tây nào khác trong vùng của mình để được trả lời là “có” hầu bảo đảm các cung cấp của quý vị đã được Medicare bảo hiểm, và cũng để tiết kiệm tiền cho quý vị. Nên đặt cho họ những câu hỏi tương tự.

Nếu quý vị không thể tìm một nhà cung cấp hoặc nhà thuốc tây nào trong vùng của mình là thành viên của Medicare, chấp nhận điều kiện của Medicare, thì quý vị có thể phải đặt mua các cung cấp qua bưu điện. Hình thức này cũng tiết kiệm được tiền cho quý vị.

Mục 2: Medicare Phần B – Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp Cho Bệnh Tiểu Đường

Ống bơm insulin

Các ống bơm insulin mang vào bên ngoài cơ thể, kê cả insulin dùng với ống bơm, có thể được bảo hiểm cho một số người có Medicare Phần B, bị bệnh tiểu đường và đạt được những điều kiện nào đó (meet certain conditions). Ống bơm insulin được liệt kê vào loại thiết bị y tế lâu bền. “Thiết bị y tế lâu bền” là một loại thiết bị y tế nào đó được bác sĩ của quý vị đặt hàng để sử dụng trong nhà.

Làm sao tôi có thể có một ống bơm insulin?

Nếu bạn có nhu cầu cần đến một ống bơm insulin thì bác sĩ của bạn sẽ kê toa cho bạn.

Ghi chú: Với Medicare Gốc, quý vị trả 20% trên giá tiền Medicare chấp thuận sau khi đã trả Phần B/khoản khấu trừ của năm. Medicare sẽ trả 80% trị giá của ống bơm. Medicare cũng sẽ trả cho insulin dùng cho ống bơm nữa. Muốn biết thêm thông tin về thiết bị y tế lâu bền và các cung cấp cho bệnh tiểu đường, nên gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người sử dụng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048.

Giày điều trị hoặc những miếng lót

Nếu quý vị có Medicare Phần B, bị bệnh tiểu đường, và đạt được những điều kiện nào đó (xem dưới đây) thì Medicare sẽ bảo hiểm cho loại giày trị bệnh này nếu quý vị có nhu cầu.

Những loại giày được bảo hiểm mỗi năm bao gồm một trong các loại sau đây:

- Một đôi giày loại nhiều lớp sâu (depth-inlay shoes) và 3 đôi lót.
- Một đôi giày loại đặt theo chân (kê cả những miếng lót trong giày) trong trường hợp không thích hợp với loại giày nhiều lớp sâu lý do là chân đã bị biến dạng, và thêm hai đôi lót.

Ghi chú: Trong vài trường hợp, Medicare cũng có thể bảo hiểm cho những lót giày riêng biệt hoặc cho những loại giày điều chỉnh thay vì những miếng lót.

Mục 2: Medicare Phần B – Bảo Hiểm các Dụng Cụ Cung Cấp Cho Bệnh Tiểu Đường

Giày điều trị hoặc những miếng lót (tiếp theo)

Làm sao để tôi có được những đôi giày điều trị?

Để được bảo hiểm Medicare thanh toán những đôi giày điều trị cho bạn thì bác sĩ đang điều trị bệnh tiểu đường cho bạn phải chứng nhận rằng bạn đã hội đủ tất cả ba điều kiện dưới đây:

1. Bạn bị bệnh tiểu đường
2. Bạn đang bị ít nhất là một trong các trường hợp dưới đây cho một hoặc cả hai chân:
 - Bị cắt cụt một phần hay cả bàn chân
 - Có bị ung thư chân trước đây
 - Có những mụn chai, sần sùi có thể đưa đến ung thư bàn chân
 - Thân kinh bị ảnh hưởng vì tiểu đường với dấu hiệu có vấn đề từ những mụn chai sần sùi
 - Sự tuần hoàn của máu không tốt
 - Bàn chân bị dị dạng
3. Bạn đã được trị liệu theo một chương trình săn sóc đầy đủ cho bệnh tiểu đường và cần đến giày điều trị và/ hoặc miếng lót điều chỉnh giày cần thiết vì bệnh tiểu đường.

Medicare cũng đòi hỏi như sau:

- Một bác sĩ chuyên môn về chân (podiatrist) hoặc một bác sĩ khác hợp lệ để kê toa cho giày điều trị.
- Một bác sĩ hoặc một cá nhân hợp lệ nào khác như chuyên gia về giày điều trị và các phụ thuộc cho bàn chân (pedorthist), chuyên gia nghiên cứu, lấy mẫu, vẽ kiêu, sản xuất những sản phẩm phục vụ cho bàn chân (orthotist, prosthetist) sẽ là những người lựa chọn và cung cấp những giày điều trị này..

3

Mục 3: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Mục này cung cấp những thông tin về Medicare Phần D (Medicare bảo hiểm thuốc theo toa) cho những người có Medicare bị bệnh tiểu đường hoặc có nguy cơ bị bệnh tiểu đường. Muốn được Medicare bảo hiểm thuốc theo toa, quý vị phải tham gia chương trình bảo hiểm thuốc của Medicare. Muốn biết thêm thông tin về Bảo Hiểm thuốc theo toa của Medicare, nên thăm viếng www.medicare.gov/Publications/Pubs/pdf/11109.pdf để sưu khảo quyển sách nhỏ “Hướng dẫn cho bạn về Bảo Hiểm Medicare Thuốc Theo Toa”, hoặc gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người sử dụng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048. Những thuốc và cung cấp cho bệnh tiểu đường sau đây được bảo hiểm bởi chương trình Medicare bảo hiểm thuốc:

- Insulin. Xem phần dưới đây
- Những thuốc kháng trị bệnh tiểu đường. Xem phần dưới đây
- Những cung cấp cho bệnh tiểu đường. Xem trang 14

Insulin

Chương trình bảo hiểm thuốc của Medicare, Phần D bảo hiểm cho insulin loại chích mà không dùng đến ống bơm đưa vào cơ thể. Medicare Phần B thì bảo hiểm cho thiết bị bơm insulin vào cơ thể - với chương trình liều lượng được cài đặt sẵn trong máy- (external insulin pump) và cho insulin sử dụng bởi máy này, máy được liệt kê như thiết bị y tế lâu bền.

Thuốc kháng trị bệnh tiểu đường

Đường trong máu, khi không kiểm soát được bằng insulin thì phải dùng thuốc kháng trị bệnh tiểu đường. Chương trình bảo hiểm thuốc của Medicare có thể bảo hiểm cho các loại thuốc kháng trị như sau:

- Sulfonylureas (như là Glipizide, và Glyburide)
- Biguanides (như là Metformin)
- Thiazolidinediones (như là Starlix® và Prandin®)
- Alpha glucosidase inhibitors (như là Precose®)

Mục 3: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Thiết bị cung cấp cho bệnh tiểu đường

Những cung cấp dùng để bơm, chích hoặc hít qua mũi insulin có thể được bảo hiểm cho mọi người có bệnh tiểu đường và có Medicare Part D. Những cung cấp y tế đó bao gồm các loại sau đây:

- Ống chích
- Kim chích
- Gạt khử trùng
- Gạt
- Dụng cụ đưa insulin vào qua đường mũi

Muốn biết thêm thông tin

Để biết thêm thông tin về Medicare bảo hiểm thuốc theo toa, quý vị có thể sử dụng một trong các điều sau đây:

- Thăm viếng www.medicare.gov và chọn “Compare Medicare Prescription Drug Plans/So sánh các chương trình Bảo Hiểm Thuốc của Medicare”, hoặc suu khảo quyển sách nhỏ “Hướng dẫn cho bạn về Bảo Hiểm Medicare Thuốc theo Toa”.
- Gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người sử dụng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048.
- Gọi cho Chương Trình Trợ Giúp về Bảo Hiểm Sức Khỏe của Tiểu Bang (SHIP). Muốn tìm số điện thoại này, nên gọi số 1-800-MEDICARE hoặc thăm viếng www.medicare.gov và chọn “Find Helpful Phone Numbers and Websites/ Tìm Số Điện Thoại và Websites Cần Thiết”

4

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Tất cả những dịch vụ cho bệnh tiểu đường liệt kê trong mục này đều được Medicare Phần B (Bảo Hiểm Y tế) bảo hiểm, ngoại trừ có ghi chú khác hơn. Đối với những người có bệnh tiểu đường, Medicare bảo hiểm một số dịch vụ. Bác sĩ của quý vị phải viết một lệnh hay một giấy chuyển (referral) để các dịch vụ được thực hiện. Ngay khi bác sĩ viết một lệnh thì quý vị phải được cung cấp dịch vụ càng sớm càng tốt. Quý vị cần phải biết chắc chắn rằng quý vị phải có một lệnh viết của bác sĩ trước khi được cấp dịch vụ. Những dịch vụ đó bao gồm như sau:

- Dò tìm bệnh tiểu đường. Xin xem phần dưới đây và trang 16.
- Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường. Xem trang 16-18.
- Những dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị. Xem trang 19.
- Thử nghiệm huyết cầu tố (hemoglobin) Ác. Xem trang 20.
- Khám nghiệm chuyên biệt cho mắt. Xem trang 20.

Quý vị có thể được Medicare bảo hiểm một số dịch vụ mà không cần chứng nhận thư của bác sĩ hoặc giấy chuyển. Những dịch vụ đó bao gồm:

- Khám kiểm tra bàn chân và điều trị. Xem trang 20.
- Thử nghiệm tăng nhãn áp mắt. Xem trang 20.
- Chích ngừa cho bệnh cúm và bệnh viêm phổi. Xem trang 20.
- Khám sức khỏe (Lần khám sức khỏe “Chào Mừng vào Medicare”). Xem trang 21.

Dò tìm Bệnh tiểu đường

Medicare bảo hiểm cho các thí nghiệm dò tìm bệnh tiểu đường nếu quý vị có nguy cơ mắc bệnh tiểu đường. Những thí nghiệm này được sử dụng nhằm khám phá sớm bệnh tiểu đường. Một số điều kiện để cho biết ai có thể coi là có nguy cơ bị bệnh tiểu đường bao gồm như sau:

- Áp huyết cao
- Có quá trình mức độ cholesterol và triglyceride/mỡ trong máu bất bình thường (dyslipidemia)
- Bị phát phì (với vài điều kiện)
- Kết nạp glucose (đường trong máu) lệch lạc
- Đường cao trong máu (high fasting glucose)

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Dò tìm Bệnh tiểu đường (tiếp theo)

Medicare sẽ thanh toán cho 2 thử nghiệm dò tìm bệnh tiểu đường trong thời gian 12 tháng. Sau lần thử nghiệm dò tìm đầu tiên, bác sĩ của quý vị sẽ quyết định khi nào cần làm thử nghiệm thứ hai. Các thử nghiệm dò tìm bệnh tiểu đường được bảo hiểm bao gồm cả các loại sau đây:

- Thử nghiệm đường trong máu
- Những loại thử nghiệm khác được Medicare chấp thuận vì cần thiết

Nếu quý vị nghĩ rằng mình có thể có nguy cơ bị bệnh tiểu đường thì nên nói với bác sĩ để xem có được làm những thử nghiệm cho bệnh tiểu đường do Medicare bảo hiểm không.

Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường

Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường giúp cho quý vị học được cách điều khiển thành công hơn bệnh tiểu đường của mình. Bác sĩ của quý vị phải kê đơn cho dự lớp huấn luyện để được Medicare thanh toán.

Quý vị có thể tham dự lớp huấn luyện tự đối phó với bệnh tiểu đường nếu hội đủ một trong các điều kiện dưới đây trong thời gian 12 tháng qua:

- Quý vị đã khám thấy bị bệnh tiểu đường
- Quý vị thay đổi từ không dùng thuốc tiểu đường sang dùng thuốc tiểu đường, hoặc từ uống thuốc tiểu đường sang insulin
- Quý vị bị bệnh tiểu đường và vừa hợp lệ để có Medicare
- Quý vị đang có nguy cơ gặp biến chứng từ bệnh tiểu đường (xem dưới đây)

Bác sĩ sẽ liệt kê quý vị là có nguy cơ cao nếu có bất cứ trường hợp nào sau đây:

- Gặp khó khăn kiểm soát mức độ đường, đã từng điều trị tại một phòng cấp cứu, hoặc đã ở qua đêm tại bệnh viện vì bệnh tiểu đường của mình
- Được khám ra bệnh ở mắt có liên hệ đến bệnh tiểu đường
- Thấy mất cảm giác ở bàn chân hoặc vài vấn đề xảy ra như ung thư, bị biến dạng, hoặc bị cưa cụt.
- Được khám ra bệnh thận có liên hệ đến bệnh tiểu đường

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường (tiếp theo)

Bác sĩ của quý vị thông thường sẽ cho biết đi học lớp huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường ở đâu. Quý vị phải được học một chương trình giáo dục có chứng thực (certified) về tự đối phó với bệnh tiểu đường, đó là một phần trong chương trình săn sóc bệnh của bác sĩ của quý vị hoặc của người thực hành chuyên môn, không là bác sĩ. Những chương trình này được chứng thực bởi Hội Tiểu Đường Mỹ/American Diabetes Association hoặc Dịch Vụ Sức Khỏe Người Da Đỏ/Indian Health Service.

Lớp học sẽ được dạy bởi những chuyên gia về săn sóc sức khỏe, họ được huấn luyện chuyên biệt về giáo dục cho tiểu đường. Quý vị được bảo hiểm cho lớp huấn luyện sơ khởi tổng cộng là 10 giờ trong thời gian liên tục 12 tháng, và sau đó 2 giờ huấn luyện theo dõi bệnh (follow-up training) mỗi năm. Một trong những giờ đó có thể là buổi mặt đối mặt (one-on-one basis). Còn 9 giờ kia sẽ được dạy theo nhóm trong lớp. Lớp huấn luyện sơ khởi bắt buộc phải hoàn tất không quá 12 tháng kể từ thời điểm quý vị bắt đầu theo học.

Điều quan trọng: Bác sĩ của quý vị có thể phải có một lệnh viết yêu cầu một lớp huấn luyện 10 giờ cho riêng cá nhân nếu quý vị bị mù hoặc điếc, hoặc có giới hạn về ngôn ngữ, hoặc vì chưa có sẵn lớp học nhóm đã 2 tháng qua kể từ ngày bác sĩ kê toa.

Sau cái năm quý vị theo học lớp huấn luyện sơ khởi, muốn được hợp lệ để học thêm 2 giờ huấn luyện theo dõi bệnh hàng năm thì cần phải có một lệnh viết khác của bác sĩ. Hai giờ học theo dõi bệnh này có thể học theo nhóm, hoặc theo những buổi mặt-đối-mặt. Nên nhớ rằng bác sĩ của quý vị phải viết lệnh yêu cầu học lớp huấn luyện theo dõi hàng năm thì mới được Medicare thanh toán.

Ghi chú: Nếu quý vị sinh sống ở miền quê thì có thể theo các lớp huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường tại Trung Tâm Sức Khỏe được Liên Bang Công Nhận (Federally Qualified Health Center/ FQHC). Muốn biết thêm thông tin về FQHC, nên thăm viếng www.cms.hhs.gov/center/fqhc.asp hoặc gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn nên gọi số 1-877-486-2048.

FQHCs là những trung tâm sức khỏe đặc biệt, thường nằm ở những vùng đô thị hoặc miền đồng quê. Họ có thể cung cấp những săn sóc sức khỏe thông thường với một giá phí thấp. Vài loại trung tâm của FQHC như là Trung tâm Sức Khỏe Cộng Đồng/Community Health Centers, Bệnh Viện Bộ Lạc FQHC/Tribal FQHC Clinics, Bệnh Viện Được Công Nhận Sức Khỏe cho Miền Quê/Certified Rural Health Clinics, Trung Tâm Sức Khỏe cho Di Dân/Migrant Health Centers, và Chương Trình Sức Khỏe cho Người Vô Gia Cư/Health Care for Homeless Programs.

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Huấn luyện để tự đối phó với bệnh tiểu đường (tiếp theo)

Tôi sẽ được học những gì trong chương trình huấn luyện đó?

Bạn sẽ học cách làm thế nào để đối phó thật thành công với bệnh tiểu đường của mình. Nó bao gồm những thông tin tự săn sóc mình và thay đổi nếp sống. Buổi học đầu tiên là buổi đánh giá cá nhân để giúp các người hướng dẫn hiểu biết tốt hơn các nhu cầu của bạn.

Lớp học của chương trình huấn luyện sẽ bao gồm các đề tài như sau:

- Hướng dẫn tổng quát về bệnh tiểu đường, những lợi hại của việc kiểm soát mức độ đường trong máu và những nguy cơ của việc kiểm soát không đúng đắn mức đường trong máu này.
- Dinh dưỡng và phương cách điều khiển chế độ ăn uống của mình
- Phương cách điều khiển và cải tiến việc kiểm soát đường trong máu
- Tập thể dục và tại sao nó quan trọng cho sức khỏe của mình
- Làm thế nào để uống thuốc một cách thật tốt
- Thử nghiệm đường trong máu và học cách sử dụng các thông tin để cải thiện sự kiểm soát đường trong máu của mình
- Làm cách nào để phòng ngừa, nhận ra, và chữa trị những biến chứng nhẹ và nặng của bệnh tiểu đường
- Săn sóc bàn chân, săn sóc da và răng
- Cách ăn uống, thể dục và thuốc men gây ảnh hưởng cho đường trong máu ra sao
- Thay đổi cách cư xử, ấn định mục đích, giảm thiểu nguy hại, và giải quyết vấn đề
- Làm thế nào để điều chỉnh sự xúc động khi biết mình bị bệnh tiểu đường
- Lôi cuốn sự tham gia của gia đình và sự ủng hộ
- Sử dụng hệ thống săn sóc sức khỏe và các tài nguyên của cộng đồng

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Những dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị

Ngoài khóa học tự đối phó với bệnh tiểu đường, Medicare cũng bảo hiểm các dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị cho người bị bệnh tiểu đường hoặc bệnh về thận. Để được hợp lệ sử dụng dịch vụ này, mức đường trong máu phải đạt một vài tiêu chuẩn nào đó. Cũng thế, bác sĩ của quý vị phải kê toa cho các dịch vụ này.

Những dịch vụ này sẽ được thực hiện bởi một chuyên gia về dinh dưỡng hoặc một nhà chuyên môn về một loại dinh dưỡng nào đó. Những dịch vụ bao gồm những việc sau đây:

- Kiểm tra tổng quát về dinh dưỡng và cách sống (lifestyle)
- Cố vấn về dinh dưỡng (thức ăn nào cần và cách thực hiện một chương trình ăn uống cho cá nhân bị bệnh tiểu đường)
- Làm sao điều khiển lại những nhân tố của cách sống ảnh hưởng đến bệnh tiểu đường
- Khám theo dõi để kiểm tra mức tiến triển của chế độ dinh dưỡng quý vị áp dụng

Medicare bảo hiểm 3 giờ mặt-đối-mặt cho dịch vụ dinh dưỡng y tế để trị bệnh trong năm đầu tiên quý vị nhận dịch vụ, và sau đó là 2 giờ theo dõi tiến triển (follow up) mỗi năm. Nếu bác sĩ của quý vị quyết định rằng cần có một thay đổi sau khi khám bệnh hoặc điều kiện y tế của quý vị cần có một thay đổi về dinh dưỡng thì có thể quý vị sẽ có thêm giờ cho dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị.

Nên nhớ rằng, bác sĩ của quý vị phải có kê toa cho dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị mỗi năm mới được Medicare thanh toán.

Ghi chú: Nếu quý vị sinh sống ở miền quê thì có thể được cung cấp dịch vụ dinh dưỡng y tế để điều trị tại Trung Tâm Sức Khỏe được Liên Bang Công Nhận (Federally Qualified Health Center/ FQHC). Muốn biết thêm thông tin về FQHC, nên thăm viếng www.cms.hhs.gov/center/fqhc.asp hoặc gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn nên gọi số 1-877-486-2048.

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Khám kiểm tra bàn chân và điều trị (foot exam and treatment)

Nếu quý vị bị tổn thương ở bất cứ bàn chân nào do ảnh hưởng đến thần kinh của bệnh tiểu đường, Medicare sẽ bảo hiểm một lần khám bàn chân cho mỗi 6 tháng bởi một bác sĩ chuyên khoa về bàn chân (podiatrist) hoặc một chuyên viên về săn sóc bàn chân khác, ngoại trừ khi quý vị đã đến thăm một chuyên viên về săn sóc bàn chân vì những vấn đề khác về bàn chân trong thời gian 6 tháng qua. Medicare có thể bảo hiểm cho nhiều lần khám hơn tại những chuyên viên săn sóc bàn chân nếu quý vị bị cưa cụt một phần hoặc cả bàn chân không vì lý do bị thương tật (non-traumatic amputation), hoặc bàn chân của quý vị bị thay đổi dạng cho thấy bạn đang bị bệnh chân rất nặng. Nên nhớ rằng, quý vị phải ở trong sự săn sóc của bác sĩ gia đình hoặc chuyên viên về bệnh tiểu đường khi muốn săn sóc cho bàn chân.

Thử nghiệm huyết cầu tố A1c (hemoglobin A1c tests)

Thử nghiệm huyết cầu tố là một thử nghiệm làm tại lab (phòng thử nghiệm) do bác sĩ của quý vị đặt yêu cầu. Nó đo lường xem mức đường trong máu đã được kiểm soát tốt như thế nào trong 3 tháng vừa qua. Nếu quý vị bị bệnh tiểu đường thì thử nghiệm này sẽ được bảo hiểm thanh toán nếu do bác sĩ đặt yêu cầu thử nghiệm. Để biết thêm thông tin, xin gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn nên gọi số 1-877-486-2048.

Thử nghiệm tăng nhãn áp mắt (glaucoma tests)

Medicare sẽ trả để quý vị được khám tăng nhãn áp mắt một lần mỗi 12 tháng. Thử nghiệm này phải được thực hiện hoặc giám sát bởi một bác sĩ chuyên khoa mắt, hợp lệ và được phép thực hiện dịch vụ này tại tiểu bang của bạn.

Khám nghiệm chuyên biệt cho mắt (special eye exam)

Người có Medicare bị bệnh tiểu đường có thể được khám chuyên biệt mắt để xem có bệnh ở mắt không (còn gọi là “khám nghiệm với mắt làm nở ra/dilated eye exam”). Khám nghiệm này phải được làm bởi một bác sĩ chuyên khoa mắt, hợp lệ và được phép thực hiện dịch vụ này tại tiểu bang của bạn. Khám nghiệm với mắt làm nở ra được khuyến nên làm một lần mỗi năm.

Chích ngừa cho bệnh cúm và bệnh nhiễm trùng phổi (flu and pneumococcal shots)

Medicare thanh toán cho quý vị để chích ngừa bệnh cúm khi mùa dịch cúm đến vào mùa Thu hoặc mùa Đông. Medicare cũng thanh toán cho việc chích ngừa bệnh nhiễm trùng đường phổi. Chích ngừa nhiễm trùng đường phổi có thể chỉ cần một lần trong đời mà thôi. Nên hỏi ý kiến bác sĩ của quý vị.

Mục 4: Medicare Phần D Bảo Hiểm cho Bệnh Tiểu Đường

Khám sức khỏe (Lần khám sức khỏe “Chào Mừng vào Medicare”)

Medicare Phần B bảo hiểm một lần khám lại sức khỏe, và giáo dục và cố vấn về các dịch vụ phòng ngừa, bao gồm một số dò tìm bệnh (screening), chích ngừa, và giấy giới thiệu đến cơ sở săn sóc sức khỏe khác khi cần thiết.

Mặc dù lần khám sức khỏe “Chào Mừng vào Medicare” không liên hệ đến bảo hiểm cho bệnh tiểu đường, nhưng đó là cơ hội tốt để quý vị trao đổi với bác sĩ của mình về các dịch vụ phòng ngừa bệnh cần thiết, như thử nghiệm dò tìm bệnh tiểu đường.

Điều quan trọng: Trong năm 2008, quý vị phải khám sức khỏe trong thời hạn 6 tháng đầu kể từ ngày có Medicare Phần B, và Phần B/khoản phải trả được áp dụng. Bắt đầu từ ngày 1 tháng giêng năm 2009, Medicare sẽ trả cho việc khám sức khỏe này trong thời hạn 12 tháng đầu khi quý vị có Medicare Phần B, cho dù ngày có hiệu lực khi xin gia nhập Phần B nằm trong năm 2008. Quý vị phải trả 20% trên giá được Medicare chấp thuận, và Phần B/khoản phải trả không còn áp dụng nữa.

Tôi phải gọi cho ai nếu có câu hỏi như Medicare bảo hiểm cho những gì?

Bạn nên gọi cho số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048.

Những cung cấp và dịch vụ không được Medicare bảo hiểm

Medicare Gốc và Medicare bảo hiểm thuốc không bảo hiểm tất cả mọi thứ. Những cung cấp cho bệnh tiểu đường không được bảo hiểm bao gồm những thứ sau đây:

- Khám mắt để đeo kính (kính cận thị, hoặc lão...)
- Giày điều chỉnh chân (giày cho những người có chân không hoàn chỉnh, nhưng còn nguyên vẹn)
- Khám sức khỏe thường lệ hoặc hàng năm – Tuy nhiên, Medicare sẽ bảo hiểm cho một-lần khám sức khỏe trong 6 tháng đầu năm 2008 (12 tháng đầu cho năm 2009 cho dù ngày có hiệu lực khi gia nhập Phần B nằm trong năm 2008). Quý vị có thể trả một số chi phí nào đó; xem phần ở trên.
- Chương trình giảm cân (weight loss program)

5

Mục 5: Những Lời Khuyên Có Ích và Nguồn Tài Nguyên

Những thông tin dưới đây dành để thông báo cho người có lợi tức và tài nguyên giới hạn.

Trợ giúp thêm (extra help) để trả tiền Medicare bảo hiểm thuốc theo toa

Quý vị có thể hợp lệ để được sự “trợ giúp thêm” (một trợ cấp cho lợi tức giới hạn) từ Medicare để trả chi phí cho thuốc theo toa nếu lợi tức hàng năm dưới \$15,600 (\$21,000 cho người có gia đình sống chung với người phối ngẫu và không có người phụ thuộc/ dependent), và tài nguyên dưới \$11,990 (\$23,970 cho người có gia đình sống chung với người phối ngẫu và không có người phụ thuộc). Những số tiền này là tính cho năm 2008. Nếu quý vị sống ở Alaska hoặc ở Hawaii, hoặc phải trả hơn phân nửa chi phí sinh hoạt cho những người phụ thuộc trong gia đình thì giới hạn lợi tức sẽ cao hơn.

Để được trả lời cho những câu hỏi của quý vị về sự trợ giúp thêm để trả chi phí thuốc theo toa, nên gọi cho Chương Trình Trợ Giúp về Bảo Hiểm Sức Khỏe của Tiểu Bang (SHIP) của quý vị. Để có số điện thoại này, nên thăm viếng www.medicare.gov và chọn “Find Helpful Phone Numbers and Websites/Tìm những số điện thoại và Websites cần thiết.” Hoặc gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người dùng máy điện văn nên gọi số 1-877-486-2048.

Chương Trình Trợ Giúp Thuốc Men của Tiểu Bang/State Pharmacy Assistance Program (SPAPs)

Nhiều tiểu bang có Chương Trình Trợ Giúp Thuốc Men (SPAPs) để giúp một số người trả tiền thuốc theo toa. Mỗi chương trình có những nguyên tắc riêng để cung cấp bảo hiểm thuốc cho hội viên của họ. Tùy theo tiểu bang của quý vị, mỗi SPAPs sẽ có những phương thức khác nhau để giúp trả chi phí thuốc theo toa cho quý vị. Để tìm ra trung tâm SPAPs của tiểu bang mình, nên gọi số 1-800-MEDICARE. Hoặc gọi cho Chương Trình Trợ Giúp về Bảo Hiểm Sức Khỏe của Tiểu Bang (SHIP) của mình.

Mục 5: Những Lời Khuyên Có Ích và Nguồn Tài Nguyên

Quý vị có thể làm nhiều cách để kiểm tra bệnh tiểu đường của mình. Đây là một số lời khuyên có ích giúp cho ta luôn được mạnh khỏe.

Ăn uống cho đúng

- Nên nói chuyện với bác sĩ của quý vị về những gì mình ăn, ăn bao nhiêu và ăn lúc nào. Bác sĩ, người hướng dẫn về bệnh tiểu đường, hoặc người săn sóc sức khỏe có thể thiết lập một chương trình ăn uống thích hợp cho quý vị.
- Nên nói chuyện với bác sĩ về số cân nặng quý vị cần phải có. Bác sĩ sẽ cho biết nhiều phương cách có thể giúp mình đạt được số cân theo đúng mục tiêu.

Uống thuốc

- Nên uống thuốc theo đúng chỉ dẫn. Cần nói chuyện với bác sĩ nếu thấy có vấn đề gì xảy ra.

Tập thể dục

- Nên vận động tổng cộng khoảng 30 phút gần như mỗi ngày. Hỏi bác sĩ xem những hoạt động nào có thể giúp mình luôn năng động.

Những gì cần kiểm tra

- Kiểm tra mức độ đường trong máu thường xuyên theo lời dặn của bác sĩ. Quý vị phải ghi các kết quả vào quyển sổ ghi chép. Đưa những kết quả ghi chép cho bác sĩ.
- Kiểm tra bàn chân để xem có vết cắt, giộp da, chỗ đau, chỗ sưng, đỏ da hoặc móng chân bị đau để phòng ngừa bàn chân có vấn đề nghiêm trọng.
- Kiểm tra huyết áp thường xuyên.
- Nhờ bác sĩ khám cholesterol.
- Nếu quý vị hút thuốc, nên hỏi bác sĩ cách bỏ hút. Medicare sẽ bảo hiểm cho việc ngưng hút thuốc (cố vấn cho ngưng hút thuốc) nếu có lệnh yêu cầu của bác sĩ.

Sử dụng các lời khuyên này có thể giúp quý vị kiểm chế được bệnh tiểu đường của mình. Quý vị cần phải nói chuyện với bác sĩ của mình, người hướng dẫn về bệnh tiểu đường, hoặc một nhà săn sóc sức khỏe nào khác về cách trị liệu của mình, những thử nghiệm nào thật cần thiết, và những gì cần phải làm để chế ngự được bệnh tiểu đường của mình. Họ đang sẵn sàng để giúp quý vị. Quý vị cũng nên nói

chuyện với bác sĩ về các lựa chọn điều trị khác của mình. Chính quý vị và bác sĩ của mình có thể quyết định cách tốt nhất để điều trị. Quý vị cũng có thể tìm kiếm thêm thông tin khi liên lạc với các tổ chức ở hai trang sau đây.

Mục 5: Những Lời Khuyên Có Ích và Nguồn Tài Nguyên

Còn có nhiều thông tin để giúp quý vị có những lựa chọn và quyết định để sẵn sàng sức khỏe sao cho đạt đúng nhu cầu của mình. Quý vị có thể xin miễn phí những quyển sách nhỏ, và tìm thêm thông tin trên mạng. Nếu quý vị không có máy vi tính thì thư viện hoặc trung tâm của người cao niên có thể giúp quý vị để tìm các thông tin này.

Để biết thêm thông tin về bệnh tiểu đường, xin thăm viếng www.medicare.gov và chọn “Preventive Services/Dịch Vụ Phòng Ngừa”, xong chọn “Diabetes/Bệnh Tiểu Đường”. Danh sách dưới đây là nhiều nguồn tài nguyên khác:

American Association of Diabetes Educators (AADE)/Hội Những Người Hướng Dẫn Bệnh Tiểu Đường Mỹ

www.aadenet.org

1-800-338-3633

American Association of Diabetes Educators

200 W. Madison Street, Suite 800

Chicago, IL 60606

American Dietetic Association (ADA)/Hội Dinh Dưỡng Mỹ

www.eatright.org

1-800-877-1600

American Dietetic Association

120 South Riverside Plaza, Suite 2000

Chicago, IL 60606-6995

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) Department of Health and Human Services (DHHS) Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh Bộ Sức Khỏe và Nhân Sự

www.cdc.gov/diabetes/index.htm

1-877-232-4636

(Những Câu Hỏi và Ấn Bản)

CDC Division of Diabetes Translation/CDC Đơn Vị Giải Thích về Bệnh Tiểu Đường

4770 Buford Highway NE, Mailstop K-10

Atlanta, GA 30341-3717

Diabetes Exercise and Sports Association (DESA)/Hội Luyện Tập và Thể Dục cho Bệnh Tiểu Đường

www.diabetes-exercise.org

1-800-898-4322

Diabetes Exercise and Sports Association

8001 Montcastle Drive

Nashville, TN 37221

Mục 5: Những Lời Khuyên Có Ích và Nguồn Tài Nguyên

Food and Drug Administration (FDA), DHHS /Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Thuốc Men

www.fda.gov/diabetes

Healthfinder/ Tìm Kiếm về Sức Khỏe

www.healthfinder.gov

Indian Health Service/ Dịch Vụ Sức Khỏe Người Da Đỏ

www.ihs.gov/medical/Programs/Diabetes/index.asp

1-505-248-4182

Division of Diabetes Treatment & Prevention/ Đơn vị Chữa Trị & Phòng Ngừa Bệnh Tiểu Đường

5300 Homestead Road, NE

Albuquerque, NM 87110

Juvenile Diabetes Research Foundation International (JDRF)/Tổ Chức Quốc Tế Nghiên Cứu Bệnh Tiểu Đường của Vị Thành Niên

www.jdrf.org

1-800-533-CURE (1-800-533-2873)

Juvenile Diabetes Research Foundation International

120 Wall Street

New York, NY 10005-4001

National Diabetes Education Program (NDEP)/ Chương Trình Giáo Dục Quốc Gia về Bệnh Tiểu Đường

www.ndep.nih.gov

1-888-693-6337

National Diabetes Education Program

One Diabetes Way

Bethesda, MD 20814-9692

National Institute of Diabetes & Digestive & Kidney Disease (NIDDK) of the National Institutes of Health (NIH), DHHS Viện Quốc Gia về Tiểu Đường & Tiêu Hóa & Bệnh về Thận thuộc Viện Quốc Gia về Sức Khỏe

www.niddk.nih.gov

www.niddk.nih.gov/health/diabetes/ndic.htm (Clearinghouse)

1-800-860-8747 (Clearinghouse)

National Diabetes Information Clearinghouse

1 Information Way

Bethesda, MD 20892-3560

**US Department of Health and Human Services/
Bộ Sức Khỏe và Nhân Sự Mỹ
Centers for Medicare & Medicaid/
Trung Tâm Medicare & Medicaid**
7500 Security Boulevard
Baltimore, Maryland 21244-1850

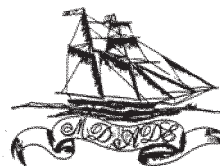
Official Business/ Dùng cho công tác quốc gia
Penalty for Private Use, \$300/ Mức Phạt khi Dùng Riêng,
\$300

CMS Publication No. 11022-V
Hoàn chỉnh tháng Mười Một 2008
Bản dịch tháng Tư 2009

Ấn bản này lúc sơ khởi được thực hiện với sự hợp tác của Hội Những Người Hướng Dẫn cho Bệnh Tiểu Đường Maryland.

Sức Khỏe Của Tôi.

Bảo Hiểm Sức Khỏe Của Tôi.



MARYLAND ASSOCIATION OF DIABETES EDUCATORS

- Muốn có quyển sách nhỏ này bằng tiếng Tây Ban Nha (Spanish), nên gọi số 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Người sử dụng máy điện văn TTY nên gọi số 1-877-486-2048