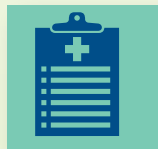




# TỪ ĐÀI THỌ ĐẾN CHĂM SÓC

## Con đường dẫn tới việc Chăm Sóc Tốt Hơn Và Sống Khỏe Mạnh Hơn



**Bước 3: Biết đi đâu để được chăm sóc**



## 1



## Bắt đầu ở đây

### Đặt sức khỏe lên hàng đầu

- Sống khỏe mạnh là điều quan trọng cho quý vị và gia đình mình.
- Duy trì lối sống lành mạnh ở nhà, chỗ làm, và trong cộng đồng.
- Khám thăm dò sức khỏe theo đề nghị và điều quản những căn bệnh mãn tính.
- Giữ tất cả các thông tin sức khỏe của quý vị ở một chỗ.

## 2



### Hiểu rõ bảo hiểm sức khỏe của quý vị

- Hỏi chương trình sức khỏe của quý vị hay chương trình Medicaid hoặc chương trình CHIP của tiểu bang để xem dịch vụ nào được bao trả.
- Làm quen với các chi phí của quý vị (bảo phí, tiền phụ trả, tiền khấu trừ, đồng bảo hiểm).
- Biết sự khác biệt giữa trong hệ thống và ngoài hệ thống.

## 3



### Biết đi đâu để được chăm sóc

- Sử dụng phòng cấp cứu cho tình trạng bệnh đe dọa đến tánh mạng.
- Nên sử dụng chăm sóc chính khi không phải là trường hợp khẩn cấp.
- Biết sự khác biệt giữa chăm sóc chính và chăm sóc khẩn cấp.

## 4



### Tìm người chăm sóc

- Hỏi người quý vị tin tưởng và/hoặc tìm kiếm trên internet.
- Kiểm tra danh sách người chăm sóc của chương trình.
- Liên lạc với chương trình nếu muốn thay đổi người chăm sóc đã được chỉ định cho quý vị
- Nếu quý vị được ghi danh vào Medicaid hay CHIP, liên lạc với chương trình Medicaid hay CHIP của tiểu bang để được giúp đỡ.

5



### Lấy hẹn

- Cho biết quý vị là bệnh nhân mới hay đã từng đến trước đó.
- Cho biết tên của chương trình bảo hiểm và hỏi xem họ có nhận bảo hiểm của quý vị không.
- Cho họ biết tên của người chăm sóc quý vị muốn khám bệnh và lý do quý vị muốn lấy hẹn.
- Hỏi ngày giờ thích hợp cho quý vị.

6



### Chuẩn bị khi đến khám bệnh

- Mang theo thẻ bảo hiểm.
- Biết rõ bệnh sử gia đình và lập danh sách bất cứ loại thuốc nào quý vị dùng.
- Mang theo danh sách các câu hỏi và những điều cần bàn thảo, và ghi chú trong lúc khám bệnh.
- Có người đi cùng để giúp đỡ nếu quý vị cần.

Không



Nếu muốn đổi người chăm sóc, trở lại Bước 4.

7



### Xem người chăm sóc có phù hợp với quý vị không

- Quý vị có thấy thoải mái với người chăm sóc khám bệnh mình không?
- Quý vị có thể hiểu và nói chuyện với người chăm sóc của mình không?
- Quý vị có thấy mình và người chăm sóc có thể cùng nhau lấy quyết định sáng suốt không?
- Hãy nhớ: Quý vị có thể đổi người chăm sóc khác!

Có



8



### Những bước kế tiếp sau buổi hẹn

- Làm theo chỉ dẫn của người chăm sóc.
- Lấy thêm thuốc quý vị được cấp, và dùng theo hướng dẫn.
- Sắp xếp buổi hẹn nếu quý vị cần theo dõi bệnh.
- Duyệt qua giải thích quyền lợi và trả hóa đơn y tế của quý vị.
- Liên lạc với người chăm sóc, chương trình sức khỏe chương trình Medicaid hay CHIP của tiểu bang nếu có thắc mắc.



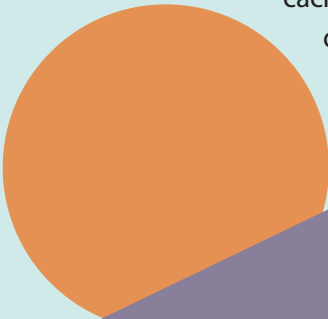
# 3 **Biết đi đâu để được chăm sóc.**



## **CẦN GIÚP ĐỠ?**

**Gọi 9-1-1 nếu quý vị đang trong tình trạng khẩn cấp hay bị đe dọa tánh mạng.**

**Dù quý vị có thể được chăm sóc sức khỏe tại nhiều nơi khác nhau, bao gồm phòng cấp cứu, tốt nhất là quý vị được chăm sóc thường lệ và các dịch vụ phòng ngừa khuyến khích từ bác sĩ chăm sóc chính.** Có một số khác biệt lớn ở những lần khám với bác sĩ chăm sóc chính và lần khám tại phòng cấp cứu, như chi phí, thời gian chờ đợi được chăm sóc, và theo dõi. Bảng chi phí trên trang 6–7 giúp quý vị thấy nhiều cách đến khám bác sĩ chăm sóc chính khác với đến phòng cấp cứu ra sao.



Quý vị có thể tìm bác sĩ chăm sóc chính tại văn phòng, bệnh xá và các trung tâm sức khỏe toàn quốc. Tùy theo bảo hiểm và trường hợp cá nhân của mình, quý vị có thể tìm bác sĩ chăm sóc chính trong:

- Nhóm y tế tư nhân và bác sĩ thực hành
- Trung tâm chăm sóc ngoại chấn và bệnh xá ngoại chấn
- Trung Tâm Y Tế Tiêu Chuẩn Liên Bang (Federally Qualified Health Center)
- Các bệnh xá cộng đồng và bệnh xá miễn phí
- Trung tâm sức khỏe học đường
- Các cơ sở cho Dịch Vụ Sức Khỏe Người Da Đỏ, và các Trung Tâm Sức Khỏe của Bộ Lạc
- Trung tâm y tế cựu quân nhân và các bệnh xá ngoại chấn.

Bác sĩ chăm sóc chính sẽ hợp tác với bệnh nhân mỗi ngày để bảo đảm là họ được các dịch vụ chăm sóc phòng ngừa, điều quản bệnh mãn tính, và cải tiến sức khỏe và an sinh của bệnh nhân. Một số nơi có dịch vụ và mức hỗ trợ thay đổi theo nhu cầu của cộng đồng họ phục vụ, như các dịch vụ và hỗ trợ dựa theo cộng đồng, dịch vụ sức khỏe tâm thần, nha khoa, thị lực, chuyên chở, và phiên dịch ngôn ngữ.

## HIỂU RÕ TRƯỚC KHI ĐI

**Không phải tất cả những người chăm sóc và các cơ sở đều nhận mọi chương trình bảo hiểm hoặc các loại bảo hiểm. Gọi cho văn phòng trước khi quý vị đến để chắc chắn là họ nhận khám bệnh nhân với bảo hiểm của quý vị.**





## Sự khác biệt giữa văn phòng

### Người chăm sóc chính

Quý vị sẽ **chi tiền phụ trả bảo phí chính**, nếu có.  
Quý vị có thể tốn từ \$0 đến \$50.

Quý vị đến khám bệnh khi **bị bệnh và ngay khi khỏe mạnh**.

Quý vị gọi **trước** để lấy hẹn.

Quý vị có thể chờ một chút để được gọi sau khi đến nơi  
nhưng thường quý vị sẽ **được khám đúng giờ hẹn**.

Thông thường quý vị sẽ được khám bệnh bởi **cùng một người chăm sóc vào mỗi lần khám**.

Người chăm sóc **sẽ** thường xuyên truy cập hồ sơ sức khỏe của quý vị.

Người chăm sóc sẽ cùng quý vị **theo dõi bệnh mãn tính** và giúp quý vị cải tiến sức khỏe tổng quát của mình.

Người chăm sóc sẽ **kiểm tra những phạm vi sức khỏe khác**, không chỉ các vấn đề khiến quý vị đến khám ngày hôm đó

Nếu quý vị cần gặp những người chăm sóc khác hay điều quản bệnh tình của mình thì **người chăm sóc có thể giúp quý vị lập kế hoạch**, lấy thuốc, và sắp xếp các buổi hẹn khuyến khích khám theo dõi hay tìm bác sĩ chuyên khoa.

Tại một vài khu vực, quý vị có thể đến **Trung Tâm Chăm Sóc Khẩn Cấp**. Nếu k  
trước khi quý vị đến để biết xem quý vị phải trả bao nhiêu tiền.



## Người chăm sóc và phòng cấp cứu

### Phòng Cấp Cứu

Quý vị có thể trả **tiền phụ trả, đồng bảo hiểm, và phải trả hết tiền khấu trừ** trước khi chương trình sức khỏe trả cho phần chi phí của quý vị, đặc biệt nếu đó không phải là trường hợp khẩn cấp. Khoản phụ trả có thể từ \$50 đến \$150.

Quý vị chỉ đến khi **bị thương tích hay bệnh nặng**.

Quý vị **đến khi cần và chờ** cho đến khi họ gọi quý vị.

Quý vị có thể **chờ nhiều giờ** trước khi được khám nếu đây không phải là trường hợp khẩn cấp.

Quý vị sẽ gặp **người chăm sóc làm việc trong ngày đó**.

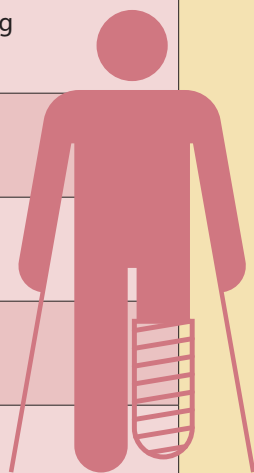
Người chăm sóc khám cho quý vị có thể **không** có hồ sơ sức khỏe của quý vị.

Người chăm sóc **có thể không biết quý vị bị bệnh mãn tính gì**.

Người chăm sóc **chỉ kiểm tra vấn đề khẩn cấp khiến** quý vị đến chữa trị nhưng có lẽ không hỏi những vấn đề khác.

Khi khám xong thì quý vị sẽ **được cho ra về cùng với những chỉ dẫn cần theo dõi** với bác sĩ chăm sóc chính và//hoặc bác sĩ chuyên khoa. Có thể không có bất cứ hỗ trợ theo dõi nào.

Thu vực của quý vị có Chăm Sóc Khẩn Cấp thì gọi cho chương trình sức khỏe





**Số sản phẩm CMS  
11840-V tháng 1 năm 2015**

[marketplace.cms.gov/c2c](http://marketplace.cms.gov/c2c)