

# Cách để quy lợi từ bảo hiểm sức khỏe của quý vị

Bây giờ, quý vị đã có bảo hiểm sức khỏe, thì nên thực hiện những bước sau đây để lo cho sức khỏe, sống lâu và khỏe mạnh.



## 1 Xác nhận bảo hiểm của mình

- Hãy chắc là quý vị đã ghi danh xong. Liên lạc với chương trình sức khỏe và/hoặc văn phòng Medicaid tiểu bang của quý vị.
- Trả bảo phí của mình nếu có, để quý vị có thể sử dụng bảo hiểm của mình khi cần.



## 2 Biết nơi giải đáp các thắc mắc của mình

- Liên lạc với chương trình sức khỏe của quý vị để xem các dịch vụ nào được bao trả, và mức phí tổn của quý vị.
- Đọc *Roadmap to Better Care and a Healthier You (Con Đường Chăm Sóc Tốt Hơn và Giúp Quý Vị Khỏe Mạnh)* để tìm hiểu các từ ngữ then chốt của bảo hiểm sức khỏe, như tiền đồng bảo hiểm, và tiền khấu trừ.



## 3 Tìm người chăm sóc

- Chọn người chăm sóc sức khỏe trong hệ thống của quý vị để giúp quý vị, và khuyến cáo các thử nghiệm về sức khỏe.
- Xin nhớ rằng quý vị có thể phải trả thêm tiền nếu đến người chăm sóc ngoài hệ thống.



## 4 Hãy lấy hẹn

- Nhớ xác nhận là người chăm sóc nhận bảo hiểm của quý vị.
- Bàn thảo với người chăm sóc về các dịch vụ phòng ngừa.
- Nêu thắc mắc và hỏi quý vị nên làm những gì để được khỏe mạnh.



## 5 Mua thuốc theo toa của mình

- Mua bất cứ thuốc theo toa nào quý vị cần.
- Một số thuốc có giá cao hơn những loại thuốc khác. Nhớ hỏi trước tiền thuốc theo toa là bao nhiêu, và xem có lựa chọn nào khác với giá vừa phải không.

Đến mạng lưới [go.cms.gov/c2c](http://go.cms.gov/c2c) để biết thêm thông tin *From Coverage to Care (Từ Bảo Hiểm đến Chăm Sóc)*.

