Health Insurance
Marketplace

خود سے پوچھنے والے سوالات جب پلان منتخب کرتے ہوئے

ہیلتھ انشورنس مارکیٹ پلیس (Health Insurance Marketplace®) مختلف ضرورتوں اور بجٹوں کی تکمیل کے لیے پلان کی مختلف قسمیں پیش کرتا ہے۔ زیادہ تر لوگ ہیلتھ کوریج کو پہنچ میں لانے کے لیے بچت کے لیے اہل ہوتے ہیں۔ آپ اس بنیاد پر پلانز کا موازنہ کر سکتے ہیں کہ آپ کے لئے کیا اہم ہے، اور ایسی قیمت اور کوریج چن سکتے ہیں جو آپ کی ضروریات کے لئے مناسب ہو۔ مارکیٹ پلیس کوریج کی خریداری کرتے ہوئے خود سے درج ذیل سوالات پوچھیں۔

کیا میں مارکیٹ پلیس کوریج کے لیے ادائیگی میں مدد حاصل کرسکتا ہوں؟

ارکیٹ پلیس Marketplace کی درخواست پُر کرنے کے بعد، آپ کو پتہ چل جائے گا کہ آیا آپ نے بچت کے لیے کوالیفائی کیا ہے۔ اس سے پہلے، کہ آپ اپلائی کریں، یہ چیک کرنے کے لیے کہ آیا آپ اپنی آمدنی کی بنیاد پر بچت کے لیے اہل ہو سکتے ہیں **HealthCare.gov/lower-costs** پر جائیں۔ مارکیٹ پلیس Marketplace کی بچت میں آپ کے ماہانہ ہیلتھ انشورنس پریمیم کو کم کرنے کے لیے ٹیکس کریڈٹ شامل ہے اور اضافی بچتیں ان اخراجات کو کم کرنے کے لیے جو آپ طبی خدمات استعمال کرتے وقت ادا کرتے ہیں۔

اگر آپ نے حال ہی میں ہیلتھ کوریج کھویا ہے، تو آپ مارکیٹ پلیس Marketplace کے ذریعے کم لاگت، معیاری کوریج حاصل کر سکتے ہیں۔

ہیلتھ پلانز کن وظائف کا احاطہ کرتے ہیں؟

مارکیٹ پلیس Marketplace میں صحت کے تمام منصوبے "ضروری صحت کے فوائد" پیش کیے جاتے ہے، جو کہ 10 کیٹیگریز کی خدمات کا ایک سیٹ ہیں جس میں ہیلتھ انشورنس پلانز کا قانون کے مطابق ہونا ضروری ہے۔ یہ فوائد ڈاکٹر کی ملاقاتوں، نسخوں، ہسپتال میں داخلے، حمل وغیرہ جیسی چیزوں کا احاطہ کرتے ہیں۔

ہیلتھ پلانز دیگر فوائد جیسے بصارت، دانت اور کسی خاص مرض یا کیفیت کے لیے طبی نظم و نسق کے پروگرامز بھی پیش کرسکتے ہیں۔ تاہم، ہر ریاست میں خصوصی فوائد مختلف ہو سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ایک ہی ریاست میں، پلانز میں معمولی سا فرق ہو سکتا ہے۔ پلانز کا موازنہ کرتے وقت، آپ دیکھیں گے کہ ہر پلان کن فوائد کا احاطہ کرتا ہے۔ ہیلتھ پلانز کے احاطہ کیے گئے وظائف کے بارے میں مزید معلومات کے لئے **HealthCare.gov/coverage/what-marketplace-plans-cover** ملاحظہ کریں۔

میں منصوبوں کا موازنہ کہاں کر سکتا ہوں؟

HealthCare.gov/see-plans کو ویزٹ کریں۔ آپ کا زپ کوڈ (پوسٹ کوڈ) درج کرنے اور اپنے گھر اور آمدنی کے بارے میں چند بنیادی سوالات کے جواب دینے کے بعد، آپ اپنے ایریا میں دستیاب منصوبوں کا تخمینہ قیمتوں کے ساتھ موازنہ کر سکتے ہیں ان بچتوں کی بنیاد پر جن کے آپ اہل ہیں۔

میں پلان کیسے منتخب کروں؟

عپلان چنتے ہوئے اچھا طریقہ یہ ہے کہ اپنی نگہداشت صحت کی کل قیمتوں کے بارے میں سوچا جائے، نہ کہ صرف اس پریمیم کے بارے میں جو آپ ہر ماہ انشورنس کمپنی کو ادا کرتے ہیں۔

طبی خدمات استعمال کرنے کے لیے آپ کتنی رقم ادا کرتے ہیں اس سے آپ کے سال بھر میں صحت کی دیکھ بھال کے کل اخراجات پر بڑا اثر پڑ سکتا ہے۔ نیچے دیے گئے پلانز اخراجات کا جائزہ لیں:

- **اقابل کٹوتی رقوم:** وہ رقم کو آپ پلان کی جانب سے ادائیگی شروع ہونے سے پہلے احاطہ کی گئی خدمات کے لئے ادا کرتے ہیں
- **مشترکہ بیمہ:** کو-انشورنس: سروس حاصل کرنے پر آپ جو کل لاگت ادا کرتے ہیں اس کا فیصد، جیسے کہ ایک عام دوا کے لیے 20% کی طرح
- **مشترکہ ادائیگیاں:** جب آپ کوئی سروس لیتے ہیں تو اس وقت آپ کی ادا کی گئی طے شدہ رقم، جیسا کہ $25

HealthCare.gov/see-plans پر درج ہر منصوبہ تخمینہ کل سالانہ اخراجات دکھاتا ہے، جن کا حساب پلان کے پریمیم (12 x ماہ)، کٹوتیوں، اور کو-پیمنٹس/کو-انشورنس کی ادائیگیوں کے ذریعے کیا جاتا ہے۔ شروع کرنے کے لیے، یہ مقداریں طبی خدمات کے درمیانے درجے کے استعمال پر مقرر ہیں۔ آپ اس بات کا بہتر اندازہ لگانے کے لیے کم یا زیادہ کو ایڈجسٹ کر سکتے ہیں کہ آپ کا گھرانہ ہر پلان کے ساتھ آنے والے سال میں صحت کی دیکھ بھال پر کتنا خرچ کر سکتا ہے۔

تیزی سے منصوبوں کا موازنہ کرنے کے لیے، آسان قیمتوں کے فلٹرز استعمال کریں۔ **آسان قیمتوں کے نشان والے (easy pricing)** مارکیٹ پلیس Marketplace پلانز میں ایک جیسی کٹوتیاں، کو پیمنٹ/کو انشورنس، اور اوٹ آف پاکٹ کی زیادہ سے زیادہ حدیں ہوتی ہیں۔ آپ کی کٹوتی تک پہنچنے سے پہلے ان میں کچھ فوائد بھی شامل ہیں۔ آپ صرف فوری نگہداشت، ڈاکٹر اور سپیشلسٹ ویزٹ، اور عام اور ترجیحی دوائیوں جیسی خدمات کے لیے کو پیمنٹ ادا کریں گے۔

پلانز کے کون سے مختلف درجات یا زمرہ جات موجود ہیں؟

مارکیٹ پلیس پلانز کے 4 زمرے ہیں: برونز (Bronze) ، سلور (Silver) ، گولڈ (Gold) اور پلاٹینم (Platinum) کیٹاسٹروفک پلان ہیلتھ پلان کا پانچواں زمرہ ہیں جو کچھ لوگوں کے لئے دستیاب ہیں۔ **ہیلتھ پلان کے یہ زمرہ جات اس بات پر مبنی ہیں کہ آپ اور آپ کا پلان آپ کی نگہداشت صحت کے اخراجات کو کیسے بانٹتے ہیں۔ ان کا آپ کو ملنے والی نگہداشت کے معیار سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔**

عام طور پر زیادہ پریمیمز (گولڈ اور پلاٹینم) والے پلان کے زمرہ جات میں قابل کٹوتی رقوم کم ہوتی ہیں۔ جن زمرہ جات کے پریمیم کم ہوں (برونز اور سلور)، ان میں قابل کٹوتی رقوم زیادہ ہوتی ہیں۔

ہیلتھ سیونگز اکاؤنٹس کیا ہیں؟

آپ کے صحت کی دیکھ بھال کے اخراجات کا انتظام کرنے کا ایک طریقہ یہ ہے کہ زیادہ قابل کٹوتی صحت کے منصوبے میں اندراج کریں اور ہیلتھ سیونگز اکاؤنٹ کھولیں۔ یہ ایک قسم کا بچت اکاؤنٹ ہے جو آپ کو اپنی تنخواہ سے رقم مختص کرنے کی اجازت دیتا ہے (ٹیکس کٹوتی سے پہلے)۔ اس کے بعد آپ کی جمع کروائی گئی رقم کچھ مخصوص طبی اخراجات کی ادائیگی میں مدد کے لیے استعمال کی جا سکتی ہے، جو آپ کے وفاقی انکم ٹیکس فائل کرنے پر آپ کی قابل ٹیکس آمدنی کو بھی کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔

برونز اور کیٹاسٹروفک صحت کے منصوبے اب ہیلتھ سیونگ اکاؤنٹس کے ساتھ کام کرتے ہیں تاکہ آپ کو صحت کی دیکھ بھال کے اخراجات کا اپنا حصہ ادا کرنے میں مدد ملے۔ **HealthCare.gov/hsa-options** پر مزید معلومات حاصل کریں۔

کون سا ہیلتھ پلان کیٹیگری میرے لیے کام کرے گا؟

- **اگر آپ کو ڈاکٹر کے بہت سے وزٹس کی توقع ہے یا آپ کو باقاعدہ نسخے کی ضرورت ہے:** آپ کے لئے گولڈ (Gold) یا پلاٹینم (Platinum) پلان بہتر ہو سکتا ہے۔ ان پلانز میں عام طور پر ماہانہ پریمیمز زیادہ ہوتے ہیں لیکن قابل کٹوتی رقوم کم ہوتی ہیں۔
- **اگر آپ باقاعدہ طبی خدمات استعمال کرنے کی توقع نہیں رکھتے اور باقاعدہ نسخے نہیں لیتے ہیں:** آپ کے لئے سلور (Silver) یا برونز (Bronze) پلان مناسب ہو سکتا ہے۔ ان پلانز کی فی ماہ قیمت کم ہو گی لیکن قابل کٹوتی رقوم زیادہ ہوں گی تو آپ پلان کی جانب سے ادائیگی شروع ہونے سے پہلے زیادہ ادائیگی کریں گے۔

گر آپ آوٹ آف پاکٹ اخراجات پر اضافی بچت کے لیے اہل ہیں، تو آپ کو اضافی بچت حاصل کرنے کے لیے سلور (Silver) پلان کا انتخاب کرنا چاہیے۔ اگر آپ اپنی آمدن کی بنیاد پر "قیمت کے اشتراک میں کم" کے اہل ہوں تو آپ نگہداشت وصول کرنے پر جیت سے ادا کیے جانے والے اخراجات، جیسا کہ قابل کٹوتی رقوم اور مشترکہ ادائیگیوں پر بچت کر سکتے ہیں -- لیکن صرف سلور پلان میں اندراج کروانے کی صورت میں۔ یہ چیک کرنے کے لیے کہ آیا آپ بچت کے اہل ہیں، **HealthCare.gov/lower-costs.** ویزٹ کریں۔

وفاقی طور پر تسلیم شدہ قبائل یا الاسکا نیٹو کلیمز سیٹلمنٹ ایکٹ (ASCNA) کے حصص یافتگان کے ارکان کسی بھی منصوبے کے زمرے میں اضافی بچت حاصل کر سکتے ہیں، نہ کہ صرف سلور میں۔ تفصیلات **HealthCare.gov/ american-indians-alaska-natives** پر حاصل کریں۔

کیٹاسٹروفک (Catastrophic) ہیلتھ پلانز کیا ہیں؟

کیٹاسٹروفک ہیلتھ پلانز کے ماہانہ پریمیم کم ہوتے ہیں اور قابل کٹوتی رقوم بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ خود کو بدترین صورتحال، جیسا کہ شدید بیمار یا زخمی ہونے کے حالات سے بچانے کے لئے یہ کم قیمت طریقہ ہو سکتے ہیں۔ لیکن آپ کو زیادہ تر معمول کے طبی اخراجات کی ادائیگی خود کرنی ہو گی۔

کیٹاسٹروفک منصوبہ کون حاصل کرسکتا ہے

- 30 سال سے کم عمر افراد
- 30 سال سے زیادہ عمر کے افراد جو مارکیٹ پلیس پلان پر سیونگز کے اہل نہیں ہیں
- دوسرے جو مشکل حالات کے استثنیٰ یا استطاعت کے استثنیٰ کے اہل ہیں (مارکیٹ پلیس یا ملازمت پر مبنی انشورنس کی استطاعت نہ ہونے کی بنیاد پر)

یہ جاننے کے لیے کہ آیا آپ کیٹاسٹروفک منصوبے کے اہل ہیں یا نہیں، جب آپ اپنی درخواست جمع کروائیں یا اپ ڈیٹ کریں تو مارکیٹ پلیس سے سیونگز کی جانچ کروانا یقینی بنائیں۔ شاید کیٹاسٹروفک منصوبے تمام علاقوں میں دستیاب نہ ہوں۔ اپنی ضروریات اور بجٹ کو پورا کرنے کے لئے اپنے کے لئے دستیاب مارکیٹ پلیس منصوبوں کا موازنہ کرنا یقینی بنائیں۔

کیا مجھے مارکیٹ پلیس سے دانتوں کی کوریج مل سکتی ہے؟

کچھ ہیلتھ پلانز میں دانتوں کی کوریج پیش کی جاتی ہے لیکن سب میں نہیں۔ اگر آپ کو دانتوں کی کوریج کی ضرورت ہے اور آپ کا پلان یہ پیش نہیں کرتا تو آپ کسی ہیلتھ پلان میں اندراج کے ساتھ ہی دانتوں کے علیحدہ پلان میں بھی اندراج کروا سکتے ہیں۔

اندراج کرنے سے پہلے، انشورنس کمپنی سے انتظار کی مدت کے بارے میں تفصیلات حاصل کریں۔ علیحدہ دانتوں کے منصوبوں میں بالغوں کے لئے خدمات کا احاطہ کرنا شروع کرنے سے پہلے انتظار کی مدت ہو سکتی ہے۔

دانتوں کے کچھ پلانز صرف بچوں کا احاطہ کرتے ہیں اور دیگر فیملیز کا احاطہ کرتے ہیں۔ آپ کو پلان کی تفصیلات کا جائزہ لے کر یقینی بنانا چاہیے کہ پلان میں آپ کی مرضی کے وظائف شامل ہوں۔

تمام پلانز کے لئے 18 سال اور کم عمر بچوں کو دانتوں کی کوریج فراہم کرنا لازمی ہے۔ اگر آپ بچت کے لیے اہل ہیں اور مارکیٹ پلیس Marketplace ہیلتھ پلان میں اندراج کرتے ہیں جس میں بچوں کے لیے دانتوں کی کوریج شامل نہیں ہے، تو کوئی بھی غیر استعمال شدہ بچت آپ کے بچے کے لیے دانتوں کے علیحدہ منصوبے پر لاگو ہوگی۔

کیا میرے موجود ڈاکٹر اور نسخے کی ادویات کا احاطہ کیا جائے گا؟

جب آپ مارکیٹ پلیس کے پلانز کا موازنہ کریں گے تو آپ کے پاس اپنے ڈاکٹر، طبی ادارے اور نسخے کی ادویات درج کرنے کا آپشن ہو گا۔ جب آپ پلانز دیکھتے ہیں، تو آپ دیکھیں گے کہ کیا ہر پلان میں ڈاکٹروں، طبی سہولیات، اور نسخے کی دوائیں شامل ہیں جو آپ نے درج کی ہیں۔

ہیلتھ پلان کی کوالٹی ریٹنگ کیا ہے؟

ﮨﺮ پلان کے لیے کوالٹی ریٹنگ (یا "اسٹار" ریٹنگ) کا استعمال کرتے ہوئے مارکیٹ پلیس Marketplace میں ہیلتھ پلانز کا موازنہ کریں۔ منصوبوں کی درجہ بندی 1–5 کے پیمانے پر کی جاتی ہے۔ یہ ذمرے آپ کو ایک معروضی تصویر فراہم کرتی ہیں کہ کس طرح ہر پلان کا معیار آپ کی حالت اور پورے ملک میں مارکیٹ پلیس Marketplace کے دوسرے منصوبوں سے موازنہ کرتا ہے۔ فائیو سٹار کا مطلب ہے کہ پلان کا معیار اعلیٰ ترین ہے۔ کچھ معاملات میں، سٹارز کی درجہ بندی دستیاب نہیں ہوسکتی ہے، جیسے کہ جب پلانز نئے ہوں یا ان کا اندراج کم ہو۔ سٹارز کی درجہ بندی کی کمی کا مطلب یہ نہیں ہے کہ پلانز کی معیار کی درجہ بندی کم ہے۔ سٹارز کی درجہ بندی کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، **HealthCare.gov/quality-ratings** کو ویزٹ کریں۔

سوالات؟ مدد موجود ہے۔

- مزید معلومات کے لئے **HealthCare.gov/choose-a-plan** یا درخواست دینے سے پہلے پلان اور قیمتیں دیکھنے کے لئے **HealthCare.gov/see-plans** ملاحظہ کریں۔
- اپنے علاقے میں کوئی ایسا تلاش کریں جو آپ کی **HealthCare.gov/find-assistance** میں مدد کرسکے۔

میں مزید کیسے جان سکتی/سکتا ہوں؟

مارکیٹ پلیس کے ذریعے کوریج یا اپنے فوائد اور تحفظات کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، HealthCare.gov ملاحظہ کریں یا مارکیٹ پلیس کال سینٹر کو 1-800-318-2596 پر کال کریں۔ TTY صارفین 1-855-889-4325 پر کال کرسکتے ہیں۔

CMS Product No. 11672-UR (Urdu) • November 2025

قابل رسائی فارمیٹ، جیسے کہ بڑے حروف، بریل، یا آڈیو میں مارکیٹ پلیس کی معلومات حاصل کرنے کا حق ہے۔
آپ کو ایسی صورت میں شکایت درج کرانے کا بھی حق ہے اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کے خلاف امتیازی سلوک کیا گیا ہے۔

مزید معلومات کے لیے **CMS.gov/accessibility-nondiscrimination** ملاحظہ کریں،
یا مار کیٹ پلیس کال سینٹر کو کال سنٹر کو 1-800-318-2596 پر کال کریں۔ TTY صارفین 1-855-889-4325 پر کال کرسکتے ہیں۔

This product was produced at U.S. taxpayer expense.
Health Insurance Marketplace® is a registered service mark of the U.S. Department of Health and Human Services.