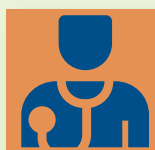
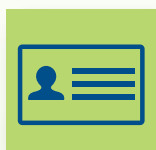




從保險到醫療

改善醫療、 增進健康路線圖



第五步：進行預約

您的健康路線圖



1



從這裡 起步

健康優先

- 保持健康對您和家人很重要。
- 在家裡、工作和社區維持健康的生活方式。
- 按照建議做健康篩檢以及管理慢性病症。
- 把您的健康資訊放在同一個地方。

2



了解您的健康保險

- 檢查您的保險計劃或州Medicaid或CHIP計劃，確定哪些服務屬於承保範圍。
- 熟悉您的費用（保費、共付額、自付額、共保額）。
- 了解醫療網內與醫療網外的差異。

3



瞭解何處能獲得醫療服務

- 在危及生命的情況下使用急診部。
- 在非緊急的情況下首選基層護理。
- 瞭解基本護理與急診護理的不同。

4



選擇您的提供者 （醫生／醫護師）

- 詢問您信任的人及（或）上網調查。
- 查看您計劃的提供者名單。
- 如果您被指定一位提供者，在您想變更時聯繫計劃會員部。
- 如果您投保Medicaid或CHIP，聯繫您的州Medicaid或CHIP計劃求助。

5



進行預約

- 提及您是新病患或以前來過。
- 提供您的保險計劃名稱，並詢問他們是否接受您的保險。
- 告訴他們您想看的提供者姓名及做預約的原因。
- 預約您想要的日期以及時間。

6



做好就診準備

- 隨身攜帶您的保險卡。
- 瞭解您的家庭病史，並擬出所服藥物的清單。
- 攜帶要討論的問題和事項清單，在就診期間做筆記。
- 如有需要，請人陪同以提供幫助。

否

如果您想更換提供者，回到第4步。

7



決定提供者是否適合您

- 您和提供者是否合作愉快？
- 您是否能與您的提供者溝通並理解他／她的話？
- 您是否認為您和提供者能一起做出合理的決定？
- 記住：您可以更換提供者！

是

8



預約的後續步驟

- 遵循醫護人員的指示。
- 憑著拿到的處方取藥，按指示服用。
- 如果需要，預約複診時間。
- 查看您的福利說明書，支付您的醫療帳單。
- 如有任何問題，聯繫您的主診醫生、健康計劃、州 Medicaid 或 CHIP 機構。



5 進行預約

進行預約時，把您的保險卡或其他文件放在身上，並且知道您需要什麼。

打電話時應該提及而且可能需要提供的一些項目如下：

您應該說明：

- 您的姓名及您是否新病患。
- 您為什麼想看提供者。您可以告訴他們您正在尋找新的主治醫生，想做「年度檢查」或「健康就診」，或是您因為有流感、過敏或憂鬱等具體擔憂想來看病。
- 您的保險計劃名稱，或是您有Medicaid或CHIP保險，確認您有這辦公室的哪位提供者屬於您網路內的正確資訊。
- 您想看的提供者姓名。如果您要求指定的提供者，您可能必須等待更久才能有預約時間，因此如果您感覺不舒服並且需要提早來看病，他們可能會推薦您網絡內的其他提供者。
- 如果您有具體需求——例如翻譯員或無障礙醫療設備——詢問提供者和辦公室是否能達到這種需求。如果他們不能，詢問辦公室是否有其他提供者能滿足這需求。
- 適合您的日子和時間。有些辦公室有週末或晚間預約。

您也應該詢問：

- 他們能否寄給您需要在到達前填寫的表格。這將節省您就診當天的時間。
- 您是否需要攜帶什麼資料來就診，例如病歷或正在服用的藥物。
- 如果您需要更改或取消預約，應該怎麼做。有些辦公室對錯過預約、預約遲到或是在預約時間24小時以內取消的預約收取費用。

預約時須知：

- 它們可能請您提供關於您和保險計劃的資訊，因此打電話時把您的卡片或其他文件放在身邊。
- 您的預約時間可能會排在幾週後，特別如果您是新病患。
- 如果您因生病致電提供者辦公室，您也許能在當天去看病。

網站鏈接

獲得保險

如何透過健康保險市場獲得保險

<https://www.healthcare.gov/blog/4-steps-to-getting-covered-in-the-health-insurance-marketplace/>

健康保險要花多少錢？

<http://kff.org/interactive/subsidy-calculator/>

我的地區有哪些計劃？

<https://www.healthcare.gov/apply-and-enroll/health-insurance-plans-estimator-overview/>

預防的價值

了解預防及《可負擔保健法案》

<https://www.healthcare.gov/prevention/>

尋找提供者

本地提供者審核與評級

<http://www.healthgrades.com/>

規劃第一次就診

幫您規劃第一次就診的步驟

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/questions-before-appointment.html>

詢問提供者的問題

就診期間與提供者討論的主題和問題

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/questions-during-appointment.html>

病患-提供者關係

與提供者溝通的重要性

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/videos/index.html>

追蹤您的藥物

病患指南和皮夾卡，用於記錄所有藥物

<https://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/tips-and-tools/yourmeds.html>

Medicaid和CHIP

有關州立Medicaid計劃的資訊

www.Medicaid.gov

洽詢特定州立Medicaid計劃的資訊

<http://www.medicaid.gov/Medicaid-CHIP-Program-Information/By-State/By-State.html>

有關兒童健康保險計劃的資訊

www.insurekidsnow.gov



CMS產品編號11842-C
修訂2018年7月

go.cms.gov/c2c