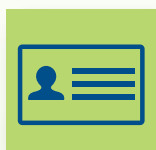




ОТ СТРАХОВАНИЯ К МЕДИЦИНСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ

**План действий:
как получить
лучшее
медицинское
обслуживание
и укрепить своё
здоровье**



Ваш план действий по укреплению здоровья



1

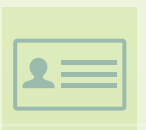


НАЧНИТЕ С ЭТОГО

Здоровье – прежде всего

- Сохранение здоровья очень важно для вас и вашей семьи.
- Ведите здоровый образ жизни дома, на работе и в других местах.
- Проходите рекомендованные вам медицинские обследования; следуйте предписаниям для ваших хронических состояний.
- Храните всю информацию, имеющую отношение к вашему здоровью, в одном месте.

2



Поймите как работает ваша медицинская страховка

- Свяжитесь с администрацией вашей страховки или программы Medicaid или CHIP, чтобы узнать, какие виды медицинского обслуживания покрываются.
- Узнайте каковы будут ваши расходы (страховые взносы, доплаты, франшиза, процент сострахования).
- Выясните разницу между «в сети» (in-network) и «вне сети» (out-of-network).

3



Знайте куда обращаться за медицинской помощью.

- В случае угрозы жизни, обращайтесь в отделение неотложной помощи.
- В несрочных случаях лучше обращаться за первичной медицинской помощью.
- Нужно знать разницу между первичной помощью и неотложной помощью.

4



Выберите врача

- Спросите людей, которым вы доверяете, или поищите в интернете.
- Посмотрите в списке врачей, предоставляемом вашей страховкой.
- Чтобы сменить назначенного вам врача, обратитесь к администрации вашей страховки.
- Если у вас есть программа Medicaid или CHIP, вы можете обратиться в администрацию Medicaid или CHIP вашего штата.

5



Запишитесь на приём

- Записываясь на приём, сообщите, новый ли вы пациент или уже были на приёме в этом учреждении.
- Сообщите название своей медицинской страховки и спросите, принимает ли данное учреждение вашу страховку.
- Назовите имя врача, к которому вы хотите попасть на приём, и причины вашего визита.
- Скажите, какие дни и какое время будут удобнее для вас.

6



Подготовьтесь к приёму у врача

- Возьмите с собой карточку вашей медицинской страховки.
- Узнайте свою семейную историю здоровья и составьте список всех лекарств, которые вы принимаете.
- Принесите с собой список вопросов, которые нужно задать и предметов, которые нужно обсудить, а во время приема записывайте то, что нужно будет запомнить.
- При необходимости возьмите с собой кого-то, кто сможет вам помочь.

Если вы хотите поменять своего врача на другого, вернитесь к пункту 4.

НЕТ

7



Решите, устраивает ли вас этот врач

- Комфортно ли вы чувствовали себя с врачом, у которого были на приёме?
- Удалось ли вам найти общий язык с врачом?
- Было ли у вас ощущение, что вы и ваш врач можете вместе принимать хорошие решения?
- Помните, вы всегда можете поменять врача – это вполне нормально.

ДА

8



После посещения врача

- Следуйте предписаниям своего врача.
- Приобретите все лекарства, на которые вам выписаны рецепты, и принимайте их согласно полученным инструкциям.
- Если нужно, запишитесь на последующий (контрольный) визит.
- Прочтите разъяснение по оплате (Explanation of Benefits) от вашей медицинской страховки или от программы Medicaid/CHIP и оплатите вашу часть медицинских счетов.
- Со всеми вопросами вы можете обратиться к своему врачу, к администрации своей медицинской страховки или программы Medicaid/CHIP.



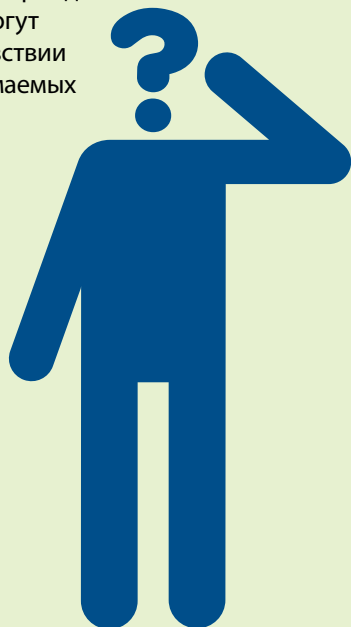
8 После посещения врача.

Теперь, когда вы нашли себе врача и сходили к нему на приём в первый раз, каков должен быть следующий шаг?

Вы будете обращаться к своему лечащему врачу в связи с показанным вам профилактическим обслуживанием и с лечением хронических заболеваний, а также если плохо себя почувствуете. Даже если вы будете лечиться от какого-то заболевания у специалиста, вы будете всегда возвращаться к своему лечащему врачу.

Попросите своего врача или его сотрудников сообщить вам, когда должен быть ваш следующий визит к врачу или на рекомендованный скрининг. Как можно скорее назначьте время для этого визита и запишите его где-нибудь, где вы не забудете посмотреть, или в конце этой брошюры.

Если у вас появятся вопросы или беспокойство в период между визитами, позвоните своему врачу. Они могут ответить на вопросы о вашем здоровье и самочувствии и, если нужно, внести изменения в список принимаемых вами лекарств.



Следуйте рекомендациям своего врача. Например, если врач сказал, чтобы вы обратились к специалисту, позвонили ли вы, чтобы записаться на приём?

Если нет, почему?

Если вы забыли. Нужно ли вам напоминание? Запишите это себе в календарь или воспользуйтесь подходящей программой на смартфоне.

Если вы не поняли, что вам следует делать. Позвоните своему врачу. Задавайте вопросы, пока не поймёте. Записывайте. Подумайте о том, чтобы на следующий приём у врача взять с собой кого-то, кому вы доверяете.

Если вы были слишком заняты. Помните, что здоровье должно быть на первом месте, и найдите время. У некоторых врачей есть часы приёма по вечерам и в выходные.

У вас не было денег. Если вы беспокоитесь, что не сможете заплатить за медицинское обслуживание, могут найтись способы снизить эти затраты. Ваш врач может прописать менее дорогое лекарство, или вы можете иметь право получить помощь от специальных программ. Спросите о них.

Вы считаете, что к вам проявили неуважение. Если из-за того, как ваш врач или сотрудники офиса разговаривали и вели себя с вами, у вас пропало желание возвращаться туда или слушать их, скажите об этом или подумайте о том, чтобы сменить врача. Хороший врач будет обращаться с вами уважительно и обеспечит помощь, необходимую в связи с вашими языковыми трудностями, культурными отличиями, ограничениями подвижности или другими причинами.

Вы боялись. Многие люди боятся узнавать плохие новости. Помните, что получая необходимую профилактическую помощь, вы поможете вашему врачу раньше обнаружить заболевание или проблемы с сможете поправиться быстрее.



Как читать разъяснение по оплате (Explanation of Benefits, или EOB)

После того, как вы посетите своего врача, вам может прийти разъяснение по оплате (Explanation of Benefits). Это обзор сумм, выставленных в счет за ваш визит, и того, сколько заплатит ваша страховка, и сколько должны заплатить вы. EOB - это не счёт, это документ, который помогает вам удостовериться в том, что никто, кроме вас и вашей семьи не использует вашу страховку. Вам может отдельно прийти счёт от врача.

Ниже приведён пример Explanation of Benefits.

Номер телефона обслуживания клиентов (Customer Service Number) может быть указан рядом с логотипом вашей страховой компании или программы Medicaid или CHIP, либо на обратной стороне документа.

Разъяснение по оплате

Телефон обслуживания клиентов: 1-800-123-4567

Дата составления: XXXXXX

Номер документа: XXXXXXXXXXXXXXXXXX

Имя участника:

Адрес:

Город, штат,
почтовый индекс:



ЭТО НЕ СЧЁТ

Номер подписчика: XXXXXXXX

Идентификационный номер: XXXXXXXXX

Группа: ABCDE

Номер группы: XXXXXX

Имя пациента:

Дата получения:

5

Врач/учреждение:

Получатель платежа:

Номер заявки: XXXXXXXXXX

Дата оплаты: XXXXXXXX

Подробнее заявки				Сколько ваш врач может запросить		Сколько вы должны будете заплатить			Общая стоимость счёта		
Номер пункта	Дата обслуживания	1	Статус заявки	2	3	Доплата	Франшиза	Сострахование	4	6	7
		Описание обслуживания									
1	3/20/14–3/20/14	Медицинское обслуживание	Оплачено	\$31.60	\$2.15	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$2.15	\$0.00	PDC
2	3/20/14–3/20/14	Медицинское обслуживание	Оплачено	\$375.00	\$118.12	\$35.00	\$0.00	\$0.00	\$83.12	\$35.00	PDC
Всего				\$406.60	\$120.27	\$35.00	\$0.00	\$0.00	\$85.27	\$35.00	

Примечание: PDC—Сумма счёта превышает максимально разрешённую страховкой сумму. Этот платёж – за разрешённую сумму.

Оплачивайте свои счета и не выбрасывайте документацию. Некоторые врачи откажутся вас принимать, если у вас будут неоплаченные медицинские счета. У вас может быть сетевой доступ к вашей медицинской информации, такой как результаты скринингов и анализов или список выписанных рецептов на лекарства. Такой доступ может помочь вам управляться с делами, связанными со здоровьем.

АПЕЛЛЯЦИИ И ЖАЛОБЫ

Если вы чем-то недовольны или несогласны с отказом в оплате счетов по вашей медицинской страховке, у вас может быть возможность подать апелляцию или жалобу. С вопросами о ваших правах или за помощью вы можете обратиться в свою страховку или в программу Medicaid или CHIP. Если вы считаете, что вам выставили счет за анализы или другие услуги, за которые ваша страховка должна платить, сохраните счёт и сразу позвоните по телефону, указанному на вашей карточке или другом документе страховки. У страховых компаний есть колл-центры и центры поддержки для участников.

- 1 Описание обслуживания** – это описание медицинского обслуживания, которое вы получили, например, приём у врача, анализы или скрининги.
- 2 Сумма счёта** – это сумма счёта, выставленного за ваше обслуживание.
- 3 Разрешённая сумма** – это сумма, которая будет заплачена за обслуживание; она может отличаться от суммы счёта.
- 4 Оплачивается страховкой** – сумма, которую ваша страховка заплатит за ваше обслуживание.
- 5 Получатель платежа** – тот, кто получит возмещение, если такое причитается за переплату по счёту.
- 6 Что вы должны** – это сумма, которую пациент или владелец страховки должен заплатить, после того, как страховка заплатила остальное. Возможно, вы уже заплатили часть этой суммы, и суммы выплаченные непосредственно врачу могут быть не вычтены из неё.
- 7 Примечание** – это примечания от страховой компании с дополнительной информацией о стоимости, сумме счёта и оплаченных суммах за ваше обслуживание.

С вопросами о разъяснении по оплате обращайтесь в свою страховую компанию.



CMS Product No.
11845-R Январь 2015 года.