

# የጤና መድንን መረዳት

የጤና መድን ዕቅዶች እርስዎን ከከፍተኛ የጤና እንክብካቤ ወጪዎች ለመጠበቅ ይረዳሉ። በእርስዎ እና በጤና እቅድዎ ኩባንያ መካከል ያለ ውል ነው። እቅድ ወይም ፖሊሲ ይገዛሉ። እና የጤና እንክብካቤ በሚፈልጉበት ጊዜ ኩባንያው ወጪዎን በከፊል ለመክፈል ይስማማል።

በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ያሉ ብዙ ሰዎች በአሠሪዎቻቸው በኩል የጤና ዕቅድ ፖሊሲ ያገኛሉ። በአብዛኛዎቹ ሁኔታዎች፣ አሰሪው ለዚያ የጤና እቅድ ለመክፈል ይረዳል። በአሰሪዎች በኩል የሚገኙ የጤና ዕቅዶች ብዙውን ጊዜ የሚተዳደር የእንክብካቤ እቅድ አላቸው። እነዚህ ዕቅዶች በቅናሽ ወጪዎች ለአባላት እንክብካቤ ለመስጠት የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎችን እና የጤና እንክብካቤ ቢሮዎችን ይቀጥራሉ። እንዲሁም በግል የጤና መድህን ኩባንያ ወይም በኮሎምቢያ ዲስትሪክት [የጤና መድን የገበያ ቦታ](#) በኩል የጤና ዕቅዶችን መግዛት ይችላሉ።

አንዳንድ ፍላጎቶችን የሚያሟሉ ሰዎች እንደ [ሜዲኬር \(Medicare\)](#) እና [ሜዲኬይድ \(Medicaid\)](#) ያሉ የመንግስት የጤና እቅድ ሊያገኙ ይችላሉ። ተመጣጣኝ የእንክብካቤ አዋጅ (Affordable Care Act) በU.S. ውስጥ ላሉ ብዙ ሰዎች የጤና እቅዶችን የበለጠ ተመጣጣኝ ያደርጋቸዋል።

## የጤና እቅድ ምን ይሸፍናል/አይሸፍንም

የጤና እቅድ ኩባንያዎ ለሚያገኙት የተወሰነ እንክብካቤ እንዲከፍሉ ሊጠይቅዎት ይችላል። ይህ አብዛኛውን ጊዜ ወጪ መጋራት ይባላል። ምክንያቱም እርስዎ አንዳንድ ወጪዎችን ስለሚጋሩ

ወይም ስለሚከፍሉ እና የጤና እቅድዎ ኩባንያ ቀሪውን ስለሚከፍል። መክፈል የሚችሏቸው ብዙ አይነት ወጪዎች አሉ። እነዚህም፡

**የጋራ-ክፍያ፡-** አንዳንድ ጊዜ ይህ "አብሮ-መክፈል" ይባላል። ይህ አብዛኛውን ጊዜ ለጉብኝት፣ ለምርመራ ወይም ለመድኃኒት የሚከፍሉት የተወሰነ መጠን ነው። የጋራ ክፍያዎች አብዛኛውን ጊዜ ከልዩ ባለሙያዎች ይልቅ ለቤተሰብ ዶክተሮች ያነሱ ናቸው።

**ተቀናሽ፡-** ይህ የጤና እቅድ ቡድን ሁሉንም የቀሩ ወጪዎችን ከመሸፈኑ በፊት በየዓመቱ መክፈል ያለብዎት የገንዘብ መጠን ነው። ይህ ብዙውን ጊዜ "ተቀናሽን ማሟላት" ይባላል። ጤነኛ ከሆኑ እና የጤና እንክብካቤን ብዙ ጊዜ የማይጠቀሙ ከሆኑ፣ ለጤና እቅድ ከፍተኛ ተቀናሽ እና ዝቅተኛ ወርሃዊ ወጪ መኖሩ ትርጉም ሊኖረው ይችላል። ነገር ግን፣ ከታመሙ፣ ወጪዎ ከፍ ያለ ሊሆን ይችላል።

**የጋራ-አንሹራንስ፡-** የዓመቱ ተቀናሽ ክፍያዎን ካሟሉ በኋላ፣ አንዳንድ የመድህን ኩባንያዎች አሁንም የጋራ-መድህን ይፈልጋሉ። ይህ አሁንም ለአንዳንድ አገልግሎቶች የሚከፍሉት የወጪ መቶኛ ነው።

ይህ ሁሉ ግልጽ ላይሆን ይችላል። ከመፈረምዎ በፊት የጤና እቅድዎ ወሰን ምን እንደሚሰጥ ማወቅ በጣም አስፈላጊ ነው። ካለወቁ ለጤና እቅድዎ ኩባንያ ይደውሉ ወይም ለጥያቄዎችዎ መልስ ለማግኘት ከሐኪምዎ ጋር ተነጋገሩ።

# የጤና መድንን መረዳት

## የሕዝብ መድን/የድጋፍ ፕሮግራሞች ብቁነት

Medicare ለሚከተሉት የፌዴራል የጤና እቅድ ፕሮግራም ነው፡

- እድሜያቸው 65 ዓመት ወይም ከዚያ በላይ የሆነ ሰዎች
- አካል ጉዳተኛ የሆኑ የተወሰኑ ወጣት ሰዎች
- የመጨረሻ ደረጃ የኩላሊት በሽታ (ዳያሊሲስ ወይም ንቅለ ተከላ የሚያስፈልገው ቋሚ የኩላሊት ውድቀት ፣ አንዳንድ ESRD ተብሎ የሚጠራ) ያለባቸው ሰዎች

መርሃግብሩ በጤና እንክብካቤ ወጪዎች ላይ ያግዛል። ነገር ግን ሁሉንም የጤና ወጪዎች ወይም የአብዛኛው የረጅም ጊዜ እንክብካቤ ወጪዎችን አይሸፍንም። የMedicare ሽፋን እንዴት እንደሚያገኙ ላይ ምርጫዎች አሉዎት። አረጅናል Medicare (ክፍል A እና ክፍል B) ሽፋን እንዲኖርዎ ከመረጡ፣ የMedicare ማሟያ ኢንሹራንስ (Medigap) ፖሊሲን ከግል የጤና እቅድ ቡድን መግዛት ይችላሉ። እዚህ የበለጠ ይወቁ።

Medicaid በሚሊዮኖች ለሚቆጠሩ አሜሪካውያን የጤና ዕቅዶችን ይሰጣል። ለምሳሌ ብቁ የሆኑ ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው አዋቂዎች፣ ሕጻናት፣ እርጉዝ ሴቶች፣ አዛውንቶች እና አካል ጉዳተኛ የሆኑ ሰዎች። Medicaid በስቴቶች ይተዳደራል። በፌዴራል ደንቦች ውስጥ እንደተገለጸው። ፕሮግራሙ በስቴቶች እና በፌዴራል መንግስት በጋራ የሚሸፈን ነው። እዚህ [የበለጠ ይወቁ](#)።

ዲስትሪክቱ ለ DC ጤና ጤና ቤተሰቦች ፕሮግራም፣ ለ DC የጤና እንክብካቤ ብረት እና ለሰደተኞች የህጻናት ፕሮግራም የአገልግሎቶችን ተደራሽነት ለማቅረብ ከ3 በMedicaid ከሚተዳደሩ እንክብካቤ ድርጅቶች (MCOs) ጋር ውል ገብቷል።

አሁን ያሉት MCOs፡-

- የኮሎምቢያ ዲስትሪክት ኬር ፈርስት የማህበረሰብ ጤና እቅድ
- የኮሎምቢያ ዲስትሪክት አሜሪካልክ ካሪታስ
- MedStar Family Choice (ሜድስታር ፋሚሊ ቾይስ)

ስለ DC ፕሮግራሞች ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት [እዚህ](#) ጠቅ ያድርጉ።

## ለጤና እንክብካቤ አገልግሎት በመረጃ የተደገፈ ስምምነት መስጠት

ምን ዓይነት የጤና እንክብካቤ ወይም ህክምና ማግኘት እንደሚፈልጉ ለመወሰን የመርዳት መብት አለዎት። በህጉ መሰረት፣ የእርስዎ የጤና እቅድ ሃኪሞች የእርስዎን የጤና ችግር እና የእንክብካቤ ምርጫዎችን ግልጽ ማድረግ አለባቸው።

በመረጃ የተደገፈ ስምምነት ማለት፡

- መረጃ ተነግሮዎታል ማለት ነው። ስለ እርስዎ የጤና ጉዳይ እና የእንክብካቤ ምርጫዎች መረጃ ደርሶዎታል።
- የእርስዎን የጤና ጉዳይ እና የእንክብካቤ ምርጫዎች ያውቃሉ።
- ምን ዓይነት የጤና እንክብካቤ ማግኘት እንደሚፈልጉ መወሰን እና እሱን ለማግኘት አዎንታዊ መስጠት ይችላሉ።

በመረጃ ላይ የተመሰረተ ስምምነት ለማግኘት፣ ዶክተርዎ ስለ እንክብካቤው ከእርስዎ ጋር ሊነጋገር ይችላል። ከዚያ መግለጫውን ያንብቡ እና ቅጽ ይፈርማሉ። ይህ የተጻፈ በመረጃ የተደገፈ ስምምነት ነው። ወይም ሃኪምዎ ህክምናውን ግልጽ አድርጎልዎት ከዚያም ህክምናውን ለመውሰድ መስማማትዎን ሊጠይቅዎ ይችላል። ሁሉም የጤና ሕክምናዎች አይደሉም የጽሁፍ ስምምነት የሚያስፈልጋቸው።