



DestinationHealth

Hãy phát huy hết lợi ích của chương trình Chăm sóc Sức khỏe của quý vị

Mục lục

	Thông tin về Destination Health	1
	Sức khỏe của quý vị, Cuộc sống của quý vị	2
	Cách thức tiếp nhận dịch vụ y tế	4
	Chương trình Bảo hiểm Y tế: Những dịch vụ nào được bao trả?	8
	Money Talk: Những gì quý vị phải trả để được chăm sóc y tế	11
	Chuẩn bị cho lần kiểm tra sức khỏe của quý vị	15
	Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế của tôi	17
	Bệnh sử Cá nhân và Gia đình	22
	Các thuốc điều trị	23



Thông tin về Destination Health

Tận dụng hết quyền lợi của chương trình bảo hiểm y tế của quý vị bằng việc tiếp nhận dịch vụ chăm sóc cần thiết cho quý vị. Destination Health có các công cụ và thông tin để giúp quý vị phát huy hết lợi ích của chương trình bảo hiểm y tế và dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho bản thân mình.

Đọc sổ tay hướng dẫn hoặc truy cập trang web để tìm hiểu:

- Những gì quý vị phải trả để được chăm sóc y tế
- Những dịch vụ mà chương trình bảo hiểm y tế chi trả cho quý vị
- Cách thức tiếp nhận dịch vụ y tế
- Giá trị của việc nhận được dịch vụ chăm sóc phù hợp, đúng nơi và đúng thời điểm

Xem các video và những nguồn tài nguyên khác, hãy truy cập www.DestinationHealth.me





Sức khỏe Của Quý vị, Cuộc sống Của Quý vị



Quý vị có thể sử dụng chương trình bảo hiểm y tế để tiếp nhận dịch vụ chăm sóc khi quý vị ốm đau, nhưng điều quan trọng hơn là tiếp nhận được dịch vụ chăm sóc giúp quý vị luôn mạnh khỏe.

Kiểm tra y tế, nha khoa và thị lực định kỳ tạo cho quý vị cơ hội đưa ra những thắc mắc về sức khỏe của mình, hiểu rủi ro mắc phải những bệnh lý cụ thể và kiểm tra các triệu chứng bệnh tật không rõ ràng. Kiểm tra định kỳ có thể giúp phát hiện và điều trị những bệnh lý trước khi chúng trở nên nặng hơn.

Dịch vụ Chăm sóc Phòng ngừa Miễn phí

Chăm sóc phòng ngừa quan trọng đến mức những dịch vụ này chỉ được bao trả một lần trong năm mà quý vị không phải trả thêm bất kỳ khoản phí nào. Điều này có nghĩa là quý vị sẽ không bị thu khoản đồng trả (copay) hay khoản đồng bảo hiểm (co-insurance). Chính sách này áp dụng ngay cả khi quý vị chưa đáp ứng được yêu cầu về khoản khấu trừ cho năm đó.

- Biện pháp tránh thai
- Kiểm tra huyết áp
- Kiểm tra ung thư vú (chụp tia X tuyến vú)
- Kiểm tra lượng cholesterol
- Kiểm tra ung thư đại trực tràng
- Kiểm tra chứng trầm cảm
- Kiểm tra bệnh tiểu đường
- Lạm dụng thuốc, rượu và thuốc lá
- Chứng ngừa bệnh cúm
- Kiểm tra và tư vấn về HIV và các bệnh lây lan qua đường tình dục
- Chứng ngừa vắc-xin định kỳ

Có một số giới hạn theo độ tuổi của quý vị và các yếu tố rủi ro. Để biết được danh sách đầy đủ về các dịch vụ chăm sóc phòng ngừa, hãy truy cập HealthCare.gov/preventive-care-benefits.



Cách thức tiếp nhận dịch vụ y tế

Quý vị đã có bảo hiểm y tế, vậy hãy đảm bảo mình tận dụng hết quyền lợi của chương trình bảo hiểm y tế của quý vị bằng việc tiếp nhận dịch vụ chăm sóc cần thiết cho quý vị. Trong hầu hết mọi trường hợp, lựa chọn tốt nhất là quý vị có thể đi tới phòng khám của bác sĩ, phòng khám tư, hay cơ sở chăm sóc cấp cứu trong cộng đồng. Nhìn chung quý vị sẽ phải trả ít tiền hơn cho dịch vụ chăm sóc tại phòng khám của bác sĩ hay phòng khám tư và quý vị sẽ không mất quá nhiều thời gian trong phòng đợi.

Khi đi tới phòng cấp cứu (ER)

Tới phòng cấp cứu nếu quý vị gặp phải một tình huống cấp cứu thực sự. Nếu quý vị không có thời gian để gọi điện, thì đây là trường hợp cấp cứu thực sự và quý vị nên đi tới phòng cấp cứu. Hoặc nếu quý vị không biết chắc cần đến đâu để được chăm sóc thì hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc y tá tư vấn của hãng bảo hiểm để được hỗ trợ.



Sau đây là các bước để tiếp nhận dịch vụ chăm sóc y tế:

1. **Quyết định kiểu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế quý vị cần.** Có nhiều kiểu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế khác nhau. Một số là bác sĩ chỉ tập trung khám chữa các loại bệnh nhất định (bác sĩ chuyên khoa), một số là bác sĩ tập trung khám các bệnh lý tổng quát, và một số là phụ tá bác sĩ hay những người hành nghề y tá không phải là bác sĩ nhưng họ đã qua nhiều chương trình huấn luyện và có thể cung cấp dịch vụ chăm sóc rất tốt.

Các Kiểu Nhà Cung cấp Dịch vụ Chăm sóc Cơ bản Khác nhau

- Khám tổng quát
- Khám gia đình
- Khám nội khoa
- Khám OB/GYN (chỉ khám sức khỏe cho nữ giới)
- Khám lão khoa (khám cho người cao niên)
- Khám nhi khoa (khám cho trẻ em)
- Y tá thực hành
- Phụ tá bác sĩ

Hãy nghĩ đến nhu cầu của quý vị và chọn kiểu nhà cung cấp mà quý vị muốn làm nhà cung cấp dịch vụ chính—hãy nhà cung cấp dịch vụ chủ yếu cho mình. Đồng thời hãy nghĩ về những điều mà quý vị muốn văn phòng nhà cung cấp dịch vụ của quý vị sẽ có? Quý vị có cần dịch vụ chăm sóc vào các giờ ban đêm hay cuối tuần không? Quý vị có muốn nhà cung cấp dịch vụ của mình nói một thứ tiếng cụ thể nào đó không? Quý vị có muốn nhà cung cấp dịch vụ của mình cùng giới tính với quý vị không?

2. Tìm nhà cung cấp dịch vụ tiếp nhận chương trình bảo hiểm của quý vị. Tiếp theo hãy tìm các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe đáp ứng được các yêu cầu của quý vị và tiếp nhận chương trình bảo hiểm sức khỏe của quý vị. Quý vị có thể biết được họ tiếp nhận hay không bằng cách gọi tới số dịch vụ thành viên được ghi trên thẻ bảo hiểm của quý vị hoặc truy cập trang web của hãng bảo hiểm. Tạo một danh sách lựa chọn các khả năng và sau đó đặt họ vào danh sách ưu tiên. Quý vị có thể tìm thấy các nhà cung cấp dịch vụ mà có thể quý vị thích nhất bằng cách nghiên cứu về họ—đọc các bài nhận xét và nói chuyện với bạn bè và người thân để xin lời khuyên.

3. Chọn một nhà cung cấp dịch vụ và đặt lịch hẹn. Đừng đợi cho đến khi quý vị ốm; hãy gọi tới phòng khám của nhà cung cấp dịch vụ và đặt lịch hẹn khám ngay. Khi quý vị là một bệnh nhân mới thì có thể quý vị phải đợi một đến hai tuần mới có thể đến lịch hẹn khám. Khi quý vị gọi điện tới để đặt lịch hẹn, hãy nói với người nhận điện thoại rằng quý

vị là bệnh nhân mới và kiểm tra chắc chắn rằng họ tiếp nhận chương trình bảo hiểm của quý vị.

4. Đến nơi hẹn khám. Chọn nơi phù hợp và đúng kiểu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị và tìm hiểu thông tin về người đó khiến quý vị cảm thấy thoải mái khi đến gặp họ để đáp ứng các nhu cầu chăm sóc sức khỏe cho mình. Chuẩn bị cho lần hẹn khám đầu tiên bằng việc nghĩ đến các mục tiêu sức khỏe của mình cũng như bệnh sử cá nhân và gia đình. Lần hẹn khám của quý vị có thể ngắn. Hãy tận dụng thời gian mà quý vị có với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc bằng cách chuẩn bị sẵn các câu hỏi và những mối lo lắng trước khi đến gặp họ. Nếu quý vị không thích nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc đó quý vị có thể đổi bằng cách thực hiện lại các bước 2 và 3.

5. Kiểm tra sức khỏe ít nhất một lần một năm để chắc chắn quý vị khỏe mạnh và phát hiện sớm bất kỳ vấn đề nào về sức khỏe. Hãy nhớ rằng quý vị không phải trả thêm bất cứ khoản phí nào cho lần kiểm tra sức khỏe hàng năm.

Quý vị nên có một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chủ yếu hay nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính nhưng quý vị cũng có thể tiếp nhận dịch vụ chăm sóc sức khỏe ở các nơi khác nữa. Hãy sử dụng các trang ở mặt sau của sổ tay hướng dẫn này để theo dõi địa điểm mà quý vị và gia đình quý vị tiếp nhận dịch vụ chăm sóc.

Để xem đoạn video nói về chủ đề này, hãy ghé thăm www.DestinationHealth.me.



Bảo hiểm Y tế: Những dịch vụ nào được bao trả?



Nếu quý vị có bảo hiểm y tế quý vị có thể yên tâm. Quý vị sẽ không phải trả nhiều tiền tự trả nếu quý vị gặp phải tình huống cấp cứu hay cần phải tới bệnh viện. Quý vị sẽ không phải trả nhiều tiền khi quý vị đi khám chỗ bác sĩ. Quý vị sẽ không phải trả nhiều tiền mua thuốc điều trị. Nhưng, điều quan trọng là quý vị phải biết các phúc lợi của chương trình bảo hiểm y tế của quý vị và những dịch vụ mà quý vị được bao trả bởi vì không phải tất cả các chương trình bảo hiểm y tế đều bao trả các dịch vụ như nhau.

Ở Maryland, tất cả các chương trình bảo hiểm y tế tư nhân phải chi trả cho một số dịch vụ cơ bản; những dịch vụ này được gọi là các phúc lợi chăm sóc sức khỏe thiết yếu.

Trong số những phúc lợi thiết yếu này cũng có một số giới hạn. Ví dụ, có nhiều thuốc kê toa rất giống nhau. Hãng bảo hiểm có thể bao trả cho thuốc này nhưng lại không bao trả cho loại thuốc kia. Vì vậy, nếu bác sĩ của quý vị kê toa một loại thuốc điều trị nào



Những Phúc lợi Chăm sóc Sức khỏe Thiết yếu

- Khám tại phòng khám của bác sĩ
- Điều trị trong bệnh viện
- Chăm sóc cấp cứu
- Chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh
- Chăm sóc nhi khoa (trẻ em)
- Khám nha khoa cho trẻ em
- Chăm sóc thị lực cho trẻ em
- Thuốc kê toa
- Các xét nghiệm trong phòng thí nghiệm
- Chăm sóc sức khỏe tinh thần
- Điều trị lạm dụng dược chất gây nghiện
- Chăm sóc phòng ngừa/kiểm tra sức khỏe định kỳ (không thu phí bổ sung)
- Kiểm soát bệnh tật (không thu phí bổ sung)

đó thì điều quan trọng là phải đảm bảo rằng thuốc đó nằm trong danh mục thuốc điều trị được hãng bảo hiểm của quý vị bao trả— danh mục này được gọi là danh mục thuốc đề nghị.

Một ví dụ khác là các xét nghiệm. Các xét nghiệm trong phòng thí nghiệm được tất cả các hãng bảo hiểm bao trả nhưng hãng bảo hiểm của quý vị có thể chỉ trả mỗi năm một lần cho một số xét nghiệm nhất định.

Làm thế nào quý vị biết được những phương pháp điều trị nào được hãng bảo hiểm bao trả? Để biết được những phương pháp điều trị, xét nghiệm, và thuốc điều trị nào được bảo hiểm bao trả, hãy gọi tới số dịch vụ thành viên ghi trên thẻ bảo hiểm của quý vị. Đây là một bước đặc biệt quan trọng cần phải thực hiện trước khi tiếp nhận bất cứ phương pháp điều trị lớn hay tốn kém nào.

Làm thế nào để quý vị biết chi phí cho một quy trình điều trị? Ở Maryland, phí tổn của tất cả các quy trình khám chữa bệnh trong bệnh viện đều được quy định bởi cơ quan quản lý của tiểu bang. Chi phí mà quý vị phải chi trả cho một quy trình khám chữa bệnh sẽ tùy thuộc vào khoản đồng trả (copay) và khoản đồng bảo hiểm (co-insurance) trong chương trình bảo hiểm của quý vị và việc quý vị đã đáp ứng được khoản khấu trừ của mình hay chưa.

Để xem video về chủ đề này hãy truy cập trang web www.DestinationHealth.me hoặc đọc phần nội dung trên *Money Talk*.

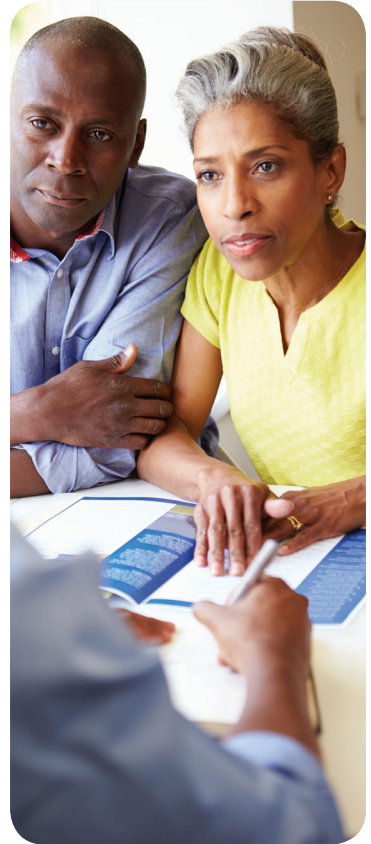


Money Talk: Những gì quý vị phải trả để được chăm sóc y tế

Chương trình bảo hiểm y tế phức tạp nhưng cũng rất có giá trị. Những chi phí mà quý vị phải trả cho bảo hiểm y tế và dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể khiến cho quý vị vô đầu bút tai. Có ba cách thức cơ bản mà quý vị thanh toán.

Tiền bảo phí (Premium): Đây là khoản tiền quý vị phải trả định kỳ cho hãng bảo hiểm. Khoản tiền này giống như phí thành viên. Điều rất quan trọng là quý vị phải trả khoản tiền này mỗi tháng vào ngày đến hạn trả. Nếu quý vị quên không trả, có thể quý vị sẽ bị mất bảo hiểm.

Khoản đồng trả (Copay): Đây là khoản tiền quý vị trả khi quý vị tiếp nhận dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Một dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể là bất cứ dịch vụ nào từ việc quý vị đến phòng khám của bác sĩ đến việc nhận thuốc kê toa. Khoản đồng trả (Copay) là một khoản tiền cố định được tính theo loại hình dịch vụ: tiếp nhận dịch vụ chăm sóc chính, dịch vụ chăm sóc chuyên môn, chăm sóc cấp cứu hay chăm sóc tại bệnh viện...v.v. Phần lớn các khoản



đồng trả (copay) là từ \$5 đến \$30 tùy thuộc vào dịch vụ quý vị tiếp nhận. Khoản đồng trả (copay) khi tiếp nhận dịch vụ ở phòng cấp cứu hay chăm sóc trong bệnh viện thường đắt hơn. Những khoản tiền đó có thể lên tới \$300. Các khoản đồng trả (copay) của quý vị được liệt kê trên thẻ bảo hiểm của quý vị, nếu quý vị không thấy, quý vị có thể gọi tới số dịch vụ thành viên để yêu cầu trợ giúp.

Khoản đồng bảo hiểm (Co-insurance): Đây là khoản tiền mà quý vị phải trả khi quý vị tiếp nhận dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Đó là một phần trong tổng chi phí của dịch vụ, không phải là khoản tiền cố định. Hãng bảo hiểm y tế của quý vị sẽ nhận được một hóa đơn ghi rõ phần tiền còn lại của tổng chi phí, nhưng họ không trả cho đến khi quý vị đã chi dùng hết khoản khấu trừ. Nếu hãng bảo hiểm y tế của quý vị không trả cho dịch vụ đó thì quý vị sẽ nhận được hóa đơn.

Khoản khấu trừ (Deductive): Đây là khoản tiền mà quý vị phải trả mỗi năm trước khi hãng bảo hiểm của quý vị bắt đầu chi trả (copay). Khi quý vị tiếp nhận một dịch vụ chăm sóc sức khỏe thì quý vị sẽ phải trả khoản đồng trả. Khoản tiền đó được lấy ra từ tổng chi phí dịch vụ và hóa đơn dịch vụ đó sẽ được gửi tới cho hãng bảo hiểm của quý vị. Nếu quý vị đã đáp ứng được yêu cầu về khoản khấu trừ cho năm bảo hiểm thì hãng bảo hiểm sẽ trả phần tiền còn lại trên hóa đơn. Nếu quý vị chưa đáp ứng được yêu cầu về khoản khấu trừ thì hãng bảo hiểm của quý vị sẽ không trả phần tiền dịch vụ còn lại và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sẽ gửi hóa đơn tới cho quý vị. Hãng bảo hiểm của quý vị sẽ theo dõi các khoản tiền này để họ biết được khi nào quý vị đạt được yêu cầu về khoản khấu trừ và khi đó đến lượt họ bắt đầu phải chi trả.

Khoản Khấu trừ Của Quý vị Hoạt động Như thế nào

		Khoản khấu trừ	\$300
Dịch vụ 1:			
Khám tại phòng khám của bác sĩ	\$ 75		
Khoản đồng trả	\$ - 10		\$ - 10
Hãng bảo hiểm được yêu cầu phải trả số tiền còn lại	<u>\$ 65</u>		<u>\$ 290</u>

Khoản khấu trừ còn lại

Dịch vụ 2:			
Chụp tia X	\$ 290		
Khoản đồng bảo hiểm (20%)	<u>\$ - 58</u>		\$ - 58
Hãng bảo hiểm được yêu cầu phải trả số tiền còn lại	<u>\$ 232</u>		<u>\$ - 232</u>
			<u>\$ 0</u>

Hãng bảo hiểm từ chối trả. Hóa đơn được gửi tới quý vị.

Quý vị đã đáp ứng được yêu cầu về khoản khấu trừ.

Dịch vụ 3:			
Điều trị bằng liệu pháp vật lý	\$ 250		
Khoản đồng bảo hiểm (20%)	<u>\$ - 50</u>		\$ - 50
Hãng bảo hiểm được yêu cầu phải trả số tiền còn lại	<u>\$ 200</u>		

Hãng bảo hiểm chi trả số tiền này.

Nói chung, các chương trình bảo hiểm với mức phí bảo hiểm thấp thường yêu cầu các khoản khấu trừ cao mà quý vị phải trả mỗi năm trước khi hãng bảo hiểm bắt đầu chi trả. Các chương trình có mức phí bảo hiểm cao thường có các yêu cầu về khoản khấu trừ thấp.

Khoản đồng trả (copay) so với khoản đồng bảo hiểm (co-insurance):

Biết những gì cần phải trả khi tiếp nhận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe với khoản đồng trả dễ dàng hơn các dịch vụ chăm sóc sức khỏe với khoản đồng bảo hiểm. Với khoản đồng bảo hiểm quý vị phải trả một khoản tiền cố định dù chi phí của dịch vụ đó là bao nhiêu hay quý vị còn lại bao nhiêu khoản khấu trừ. Với khoản tiền cùng bảo hiểm quý vị phải trả một tỷ lệ phần trăm của tổng chi phí.

Hãy nhớ, thẻ bảo hiểm y tế của quý vị là tấm vé để quý vị tiếp nhận dịch vụ chăm sóc. Luôn luôn mang thẻ theo mình để quý vị sử dụng đến khi cần tiếp nhận một dịch vụ chăm sóc sức khỏe.

Để biết thêm thông tin hoặc để xem video về chủ đề này, hãy truy cập www.DestinationHealth.m



Chuẩn bị Cho Lần Kiểm tra Sức khỏe Của Quý vị

Kiểm tra định kỳ có thể giúp phát hiện và điều trị những bệnh lý trước khi chúng trở nên nặng hơn. Các lần kiểm tra sức khỏe thường được gọi là chăm sóc phòng ngừa bởi vì chúng giúp ngăn ngừa quý vị bị ốm hay chữa trị vấn đề về sức khỏe trước khi chúng trở nên nặng hơn.



Sau đây là một số bước đơn giản mà quý vị có thể thực hiện để tận dụng tối đa lần kiểm tra sức khỏe của mình:

- 1. Nghĩ đến các mục tiêu chăm sóc sức khỏe của mình.** Quý vị muốn nhận được những gì trong lần đi kiểm tra sức khỏe?
- 2. Lập một danh sách các câu hỏi hay những điều mà quý vị muốn trao đổi tại buổi hẹn khám.**
- 3. Tìm hiểu thông tin về bệnh sử cá nhân của quý vị.**
 - Các chứng dị ứng
 - Những bệnh lý hiện tại
 - Hồ sơ chủng ngừa vắc-xin
 - Bệnh lý thời thơ ấu
 - Các lần phẫu thuật
 - Các thói quen cá nhân (ví dụ, thói quen tập thể dục, thói quen ăn uống, sử dụng thuốc lá và rượu)

4. Tìm hiểu thông tin về bệnh sử gia đình của quý vị. Ví dụ, người thân của quý vị có bị mắc các bệnh như:

- Ung thư
- Bệnh tim
- Đột quỵ
- Tiểu đường

5. Ghi chú lại những thông tin này để giúp quý vị nhớ được mình đã trao đổi những gì với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc rồi.

6. Hãy nhớ, đây là buổi hẹn khám của quý vị. Hãy thoải mái đưa ra các câu hỏi và yêu cầu nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị lặp lại điều gì mà quý vị chưa hiểu.

Dù quý vị đến khám sức khỏe định kỳ hay đến khám khi ốm, có thể có những điều quý vị cần làm sau đó là đi làm xét nghiệm hoặc uống thuốc điều trị. Trước khi quý vị rời khỏi phòng khám, hãy đảm bảo rằng quý vị biết mình sẽ phải làm gì tiếp theo. Nếu quý vị không chắc chắn, hãy hỏi đừng ngần ngại.

Để xem đoạn video nói về chủ đề này, hãy truy cập www.DestinationHealth.me.

Nhà cung cấp dịch vụ của con (Bác sĩ nhi khoa)	Tên nhà cung cấp:			
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
	Điện thoại:			
	Dịch vụ trả lời điện thoại:			
Ngày và thời gian mở cửa:				

Nhà thuốc	Tên của nhà thuốc (ví dụ như CVS, RiteAid, Giant)			
	Dược sĩ:			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
	Điện thoại:			
Ngày và thời gian mở cửa:				

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:			
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)			
	Tên nhà cung cấp:			
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
	Điện thoại:			
Dịch vụ trả lời điện thoại:				
Ngày và thời gian mở cửa:				

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	
Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	
Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)
	Tên nhà cung cấp:
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):
	Địa chỉ:
	Phố Thành phố Tiểu bang Mã zip
	Điện thoại:
	Dịch vụ trả lời điện thoại:
Ngày và thời gian mở cửa:	

Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:			
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)			
	Tên nhà cung cấp:			
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
	Điện thoại:			
	Dịch vụ trả lời điện thoại:			
Ngày và thời gian mở cửa:				
Bác sĩ chuyên khoa	Chuyên khoa:			
	Nhà cung cấp dịch vụ của ai: (Người trong gia đình đi khám chỗ bác sĩ chuyên khoa)			
	Tên nhà cung cấp:			
	Cơ sở y tế (ví dụ tên phòng khám):			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
	Điện thoại:			
	Dịch vụ trả lời điện thoại:			
Ngày và thời gian mở cửa:				
Bệnh viện	Tên bệnh viện:			
	Địa chỉ:			
	Phố	Thành phố	Tiểu bang	Mã zip
Ngày và thời gian mở cửa:				



Bệnh sử cá nhân và gia đình

Điều quan trọng đối với quý vị và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị là phải biết bệnh sử của quý vị và bệnh sử của những người thân của quý vị.

Các chứng dị ứng	
Các chứng dị ứng	Điều gì đã xảy ra? (Các triệu chứng/các phản ứng)
Các bệnh lý khác	
Bệnh lý	Ai trong gia đình quý vị mắc bệnh lý này (Bản thân/Cha mẹ/Anh chị em ruột)
Suyễn	
Ung thư (Loại): _____	
Tiểu đường (Loại): _____	
Bệnh tim	
Huyết áp cao	
Cholesterol cao	
Đột quỵ	
Trầm cảm	
Khác	



Các thuốc điều trị của tôi

Sử dụng phần này để ghi lại các thuốc điều trị mà quý vị đã dùng và bất cứ thay đổi nào mà nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc của quý vị đưa ra.

Tên thuốc điều trị	Tại sao quý vị phải sử dụng	Liều lượng dùng? (Liều lượng)	Cách thức quý vị sử dụng thuốc? (Đường uống hay tiêm)	Khi nào quý vị sử dụng thuốc?	Quý vị đã bắt đầu dùng thuốc từ khi nào? (Năm)	Ghi chú
Ví dụ: Synthroid	Tuyến giáp	1,25 mcg	Đường uống	vào giờ sáng	2002	

Các lần chủng ngừa vắc-xin (vui lòng ghi ngày chủng ngừa cuối cùng của quý vị):

Bệnh cúm (Chủng ngừa bệnh cúm):	Chủng ngừa uốn ván:
Pneumococcal (vắc-xin bệnh viêm phổi):	Chủng ngừa bệnh zona:
Các vắc-xin chủng ngừa khác:	

Destination Health

Destination Health là một sáng kiến của Liên minh Chăm sóc Chính (Primary Care Coalition) phối hợp với Montgomery Community Media và Liên minh Phụ nữ Maryland vì Cải cách Dịch vụ Y tế (Maryland Women's Coalition for Health Care Reform). Với sự hỗ trợ từ Kaiser Permanente thuộc vùng Trung Atlantic và Capital Region Connector. Tài liệu này chưa được Montgomery County Department của Bộ Dịch vụ Y tế và Nhân Sinh (Health and Human Services - DHHS) xem xét và phê duyệt. Với kinh phí bổ sung từ Kaiser Community Fund và Kaiser Permanente of the Mid Atlantic.

Tổ chức Liên minh Chăm sóc Chính là một tổ chức phi lợi nhuận. PCC phối hợp làm việc với các phòng khám tư, bệnh viện, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc và các đối tác khác trong cộng đồng để điều phối các dịch vụ y tế dành cho những thành viên trong cộng đồng hiện đang có đòi sống phức tạp về mặt y khoa và xã hội.
www.PrimaryCareCoalition.org



Liên hệ với chúng tôi:

Primary Care Coalition

8757 Georgia Avenue, 10th Floor

Silver Spring, MD 20910

(301) 628-3405

www.PrimaryCareCoalition.org

www.DestinationHealth.me

