



KIỂM SOÁT BỆNH TIỂU ĐƯỜNG: PHẠM VI BẢO HIỂM & NGUỒN LỰC



10 ĐIỀU CẦN BIẾT DÀNH CHO NGƯỜI BỊ TIỂU ĐƯỜNG



Ăn uống lành mạnh: Tìm các mẹo, chiến lược, và những ý tưởng để ăn uống lành mạnh.



Kiểm soát trong những ngày bị ốm bệnh: Thực hiện các bước để bảo vệ sức khỏe của bạn.



Tích cực vận động: Tích cực hoạt động thể chất để luôn giữ các chỉ số sức khỏe trong tầm kiểm soát.



Lên lịch thăm khám bệnh tiểu đường: Đưa cả dịch vụ chăm sóc hàng ngày và thăm khám bác sĩ vào lịch của bạn.



Duy trì cân nặng phù hợp: Học cách đạt được cân nặng phù hợp (và duy trì ở mức đó).



Lập kế hoạch trước: Lập kế hoạch trước để kiểm soát bệnh tiểu đường của bạn trong thời gian xảy ra thiên tai, dịch bệnh và các trường hợp khẩn cấp khác.



Kiểm soát lượng đường trong máu: Hiểu rõ các chỉ số sức khỏe của bạn và biết cách đạt được mục tiêu.



Tìm hiểu mối liên hệ giữa bệnh tiểu đường và sức khỏe tâm thần: Tìm hiểu mối liên hệ một cách kỹ càng.



Ngăn ngừa các biến chứng: Tìm hiểu cách ngăn ngừa hoặc trì hoãn các vấn đề sức khỏe liên quan.



Bổ sung kiến thức và tìm kiếm sự hỗ trợ: Tìm hiểu về đào tạo tự kiểm soát bệnh tiểu đường.

PHẠM VI BẢO HIỂM CỦA CHƯƠNG TRÌNH BẢO HIỂM Y TẾ

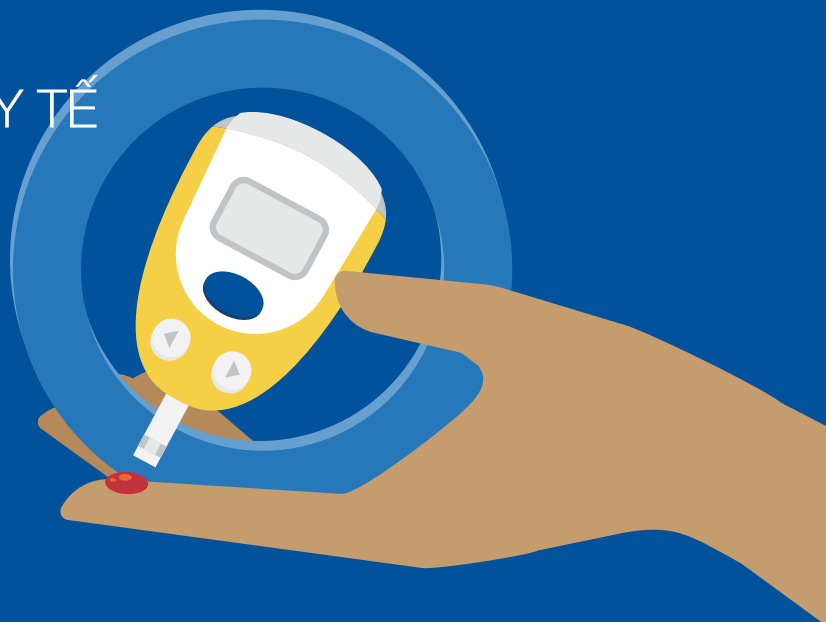
Tất cả các chương trình bảo hiểm trong Marketplace và nhiều chương trình bảo hiểm khác phải bao gồm các dịch vụ phòng ngừa mà không tính phí đồng thanh toán hoặc đồng bảo hiểm cho bạn. Điều này đúng ngay cả khi bạn chưa đáp ứng khoản khấu trừ hàng năm của mình. Các dịch vụ được bảo hiểm bao gồm, nhưng không giới hạn:

- **Kiểm tra huyết áp**
- **Kiểm tra cholesterol**
- **Tầm soát bệnh tiểu đường (loại 2)**

Ngoài việc bao trả các dịch vụ phòng ngừa, tất cả các chương trình bảo hiểm trong Marketplace đều bao trả:

- **Các dịch vụ cấp cứu cho bệnh nhân**
- **Các dịch vụ khẩn cấp**
- **Thuốc theo toa**

Vui lòng tìm thông tin chi tiết tại <https://www.healthcare.gov/coverage/what-marketplace-plans-cover/>.



Bạn cần thêm sự trợ giúp? Bạn có thể được trợ giúp nếu công ty sản xuất thuốc của bạn cung cấp các chương trình hỗ trợ bệnh nhân.

Bạn cần bảo hiểm sức khỏe? Vui lòng truy cập [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov) để xem liệu bạn có thể đăng ký một chương trình nào đó hay không.

BẢO HIỂM MEDICARE



Kiểm tra và dụng cụ thiết yếu: Tìm hiểu xem liệu xét nghiệm tiểu đường, hạng mục hoặc dịch vụ của bạn có được Medicare chi trả hay không. Tải xuống ứng dụng Medicare hiện có sẵn trên [Apple Store](#) hoặc [Google Play Store](#).



Thuốc: Tham gia Medicare Phần D để được đài thọ thuốc theo toa bao gồm các dụng cụ thiết yếu cung cấp cho bệnh tiểu đường.



Bảo Hiểm Insulin: Sử dụng bộ lọc Tiết Kiệm Insulin của CMS trên Công Cụ Tìm Kiếm Chương Trình Medicare để hiển thị các chương trình sẽ cung cấp chi phí tự trả giới hạn cho insulin.



Đào tạo tự kiểm soát: Tìm các lớp học trong khu vực của bạn để giúp bạn với 10 điều cần làm của CDC dành cho những người mắc bệnh tiểu đường.



Chương Trình Tiết Kiệm Medicare: Bạn có thể nhận được sự giúp đỡ từ tiểu bang của bạn khi thanh toán phí bảo hiểm Medicare của bạn.



Sự Giúp Đỡ Bổ Sung: Nếu bạn có thu nhập hạn chế, chương trình này có thể giúp bạn thanh toán chi phí chương trình thuốc theo toa của Medicare.

Vui lòng truy cập [Medicare.gov](https://www.medicare.gov) để tìm và so sánh các nhà cung cấp trong khu vực của bạn.

Để được hỗ trợ thêm, hãy truy cập [Medicare.gov](https://www.medicare.gov) hoặc gọi **1-800-MEDICARE (TTY 1-877-486-2048)**.