ኢንሹራንስ

Mental Health America

ኢንሹራንስ እንዴት እንደሚሰራ

የጤና ኢንሹራንስ ጠቃሚ የሆነው ለምንድን ነው

የጤና ኢንሹራንስ ቢታመሙ ወይ ጉዳት ቢደርስብዎት ወይም የህክምና እርዳታ ቢያስፈልግዎት ለራስዎና ለቤተሰብዎ ዋስትና ሊሰጡ ከሚችሉ አስተማማኝ መንገዶች መካከል አንዱ ነው። ከዚህ በተጨማሪም ጤንነትዎን ጠብቀው ለመቆየት የሚያስፈልግን መደበኛና የጥርስ ህክምና እርዳታን እንዲያገኙ ይረዳዎታል። የጤና ኢንሹራንስ ሲኖርዎት፣ የጤና ምርመራዎን ለነገ ሳይሉ በነጻነት ለመመርመር ይችላሉ። ህክምና ባስፈልግዎት ጊዜ ለመከታተል እንዲችሉ የሚያስችል ኢንሹራንስ ስለሚኖርዎት፣ ለትንሽ ትልቁ፣ አስቸኳይ የህክምና ክፍል (ኢመርጀንሲ ሩም) ከመመላለስ ይድናሉ። የማህበረሰብ የጤና ክሊኒክ ሂዶ ረጅም ወረፋን ከመጠበቅ ውጣ ውረድም ይገላገላሉ። ባጠቃላይ፣ ጤናዎ ከመቃወሱ በፊት አስፈላጊውን ምርመራና የጤና እርዳታ ለማግኘት መንገድ ይከፈትልዎታል። ምስጋና ለተመጣጣኝ የህክምና እርዳታ ህግ (ACA) ይሁንና ባሁኑ ሰዓት በሚሊዮኖች የሚቆጠሩ ሰዎች የጤና ኢንሹራንስ ሽፋን የማግኘት አቅም አላቸው።

የተመጣጣኝ የህክምና እርዳታ (ACA) ሌላው ገጽታው ይህን ይመስላል። ዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ሁሉም ሰው የጤና ኢንሹራንስ ሊኖረው እንደሚገባ ተደንግጓል። የጤና ኢንሹራንስ ካልገዙ በግብር ክፍያዎችዎ ላይ በቅጣት መልክ ተጨማሪ ክፍያን እንዲከፍሉ ሊገደዱ ይችላሉ።

የጤና ኢንሹራንስ ምንድን ነው?

የጤና ኢንሹራንስ ከህክምና እርዳታ ወጪዎችዎ የተወሰነውን ክፍያ የመክፈል ግዴታ ከሚኖርበት የጤና ኢንሹራንስ ኩባንያ ጋር የተፈራረሙት ውል ነው።

ነገር ግን ለሁሉም ነገር እነሱ ይከፍላሉ ማለት አይደለም። ወርሐዊ የአረቦን ክፍያንና ዶክተር ጋር ሲቀርቡ የሚከፈል ክፍያን የመሳሰሉ የተወሰኑ ክፍያዎችን የመክፈል ኃላፊነት አለብዎት።

የጤና ኢንሹራንስ ካለዎት መደበኛ የጤና ሁኔታ ክትትል ለማድረግም ሆነ ህመም ሲያጋጥምዎት እንዳስፈላጊነቱ በማንኛውም ወቅት ዶክተር ጋር መቅረብና የጤና ምርመራ ማድረግ ይችላሉ።

በአሁኑ ጊዜ በጤና ኢንሹራንስ የገበያ ቦታ አማካኝነት የጤና ኢንሹራንስ መግዛት ይችላሉ።

ባንዳንድ ስቴቶች የጤና ግብይቶች ተብሎ የሚጠራው የጤና ኢንሹራንስ የገበያ ቦታ፣ (health market place) ኢንሹራንስ አፈላልገው እንዲገዙ ሊረዳዎት የተዘገጀ አዲስ መንገድ ነው። ይህ ኢንሹራንስ ጤንነትዎን ለመጠበቅ እንዲያግዝ የሚያደርጓቸው የሐኪም ጉብኝቶችን ጨምሮ አብዛኞቹን የሕክምና ወጪዎችን ይሸፍናል።

ይህ ኢንሹራንስ ያስፈልገኛል ብለው የሚያስቡትን የህክምና ዓይነትን መሰረት በማድረግ የሚመርጧቸው የተለያዩ የሽፋን መደቦችን የያዘ ተመጣጣኝ ክፍያን የሚጠይቅ ይሆናል። ከዚህ በበለጠም፣ የጤና ኢንሹራንስዎ ወጪው አነስተኛ እንዲሆንልዎ ሊያግዝዎ የሚችል የግብር ተቀናሽ መብትን ከመንግስት ለማግኘት ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ።

የጤና ኢንሹራንስ ያላቸው ሰዎች ጤንነታቸውን በመጠበቅ ረገድ ከሌሎች ሰዎች የተሻለ እድል አላቸው። መደበኛ የጤና ምርመራዎችንና ክትትሎችን ማድረግ ስለሚችሉ ቀላል የጤና ችግሮች ወደ ከፍተኛ ደረጃ የጤና ችግርነት አይቀየሩም። የጤና ኢንሹራንስ ካለዎት የሕክምና እርዳታ ለማግኘት በህዝብ ወደ ተጨናነቁ የማኅበረሰብ ክሊኒኮች መሄድ ወይም ረጅም ወረፋ መጠበቅ አያስፈልግዎትም። ጤንነትዎን ለመጠበቅ የሚያግዝ የተሻለና ፈጣን የህክምና እርዳታን ማግኘት ይችላሉ።

ስለ ኢንሹራንስ አማራጮችዎ ማንኛውም ጥያቄ አለዎትን? የሚከተለው የገበያ ቦታ ድረ ገጽ ላይ አካባቢያዊ እርዳታን ሁሌም መፈለግና ማግኘት ይችላሉ:

www.localhelp healthcare.gov

እርስዎ ወይም የሚያውቁት ሰው የገበያ ቦታን በተመለከተ ጥያቄ ካላችሁ ምንም ክፍያ የማይከፍሉበት እርዳታንና በራስዎ ቋንቋ መረጃ የማግኘት መብት አለዎት። ከአስተርጓሚ ጋር ለመነጋገር በሚከተለው ስልክ ቁጥር ወደ የገበያ ቦታ ይደውሉ
1-800-318-2596.

የጤና ኢንሹራንስ ፕሮግራሞች

ሰዎች ለተጠቃሚነት ብቁ ሊሆኑ የሚችሉባቸው የተለያዩ የፕሮግራም ዓይነቶች አሉ። ብዙ ሰዎች በስራቸው ምክንያት እንደ ጥቅማ ጥቅም የጤና ኢንሹራንስ ሽፋን ያገኛሉ። በሚሰሩበት ኩባንያ ደንብ መሰረት ለኢንሹራንስ ሽፋኑ ወርሓዊ አነስተኛ ክፍያ ሊከፍሉ ወይም ጭራሹኑ ምንም ክፍያ ላይከፍሉበት ይችላሉ። ሌሎች ሰዎች ደግሞ በስቴቱ የሚሰጥ ሜዲክኤይድ ተብሎ የሚጠራ የኢንሹራንስ ሽፋን ሊኖራቸው ይችላል። እንዲሁም ሌሎች የጤና ኢንሹራንስ ፕሮግራሞች አሉ፤ እነሱም እድሜያቸው 65 ዓመትና ከዛም በላይ ለሆኑ ሰዎች የሚሰጠው ሜዲኬር ወይም በተለይ ለህጻናት ብቻ የሚያገለግለው የህጻናት የጤና ኢንሹራንስ ፕሮግራም (CHIP) የመሳሰሉት ናቸው። እነዚህ ፕሮግራሞች ልዩ መስፈርቶች አሏቸው።

በስራቸው አማካኝነት፣ በሜዲኬይድ፣ ሜዲኬር ወይም የህጻናት ኢንሹራንስ አማካኝነት የኢንሹራንስ ሽፋን ማግኘት የማይችሉ ሰዎች፣ በራሳቸው ገንዘብ ኢንሹራንስ መግዛት አለባቸው። በራስ የሚገዛ ኢንሹራንስ፣ ከዚህ በፊት ዋጋው እጅግ ውድ ነበር። እንደዛም ውድ ሆኖ፣ ለሚያስፈልጋቸው ህክምና በበቂ ሁኔታ የማይከፍልላቸው ጊዜዎች ነበሩ።

የጤና ኢንሹራንስ በስራ አማካኝነት የሚገኝ

ሜዲክኤይድ

ሜዲኬር

የህጻናት የጤና ኢንሹራንስ ፕሮግራም

የግል የጤና ኢንሹራንስን በራስዎ ገንዘብ መግዛት ይችላሉ

በጤና ኢንሹራንስ ላይ የተቀየረው ነገር ምንድን ነው

ተመጣጣኝ የሕክምና አቅርቦት ህግ(ACA) የጤና ኢንሹራንስ የሚሰራበትን መንገድ ቀይሮታል። ከለውጦቹ መካከል የተወሰኑትም:

- ወላጆች ልጆቻቸው 26 ዓመት እድሜ ላይ እስኪደርሱ በጤና ኢንሹራንስ ሽፋናቸው ውስጥ ማቆየት ይችላሉ።
- የኢንሹራንስ ኩባንያዎች ቀድሞውኑ የጤና ችግር ያለባቸውን ሰዎች በጤና ችግራቸው ምክንያት ዋስትና አንሰጥም ማለት አይችሉም። ከዚህ በፊት ኩባንያዎች እንደ ስኳር ህመምና የመሳሰሉ በሽታዎች ወይም የካንሰር ህመም ያላቸውን ሰዎች ኢንሹራንስ አንሰጥም በማለት መወሰን ይችሉ ነበር። አሁን ግን ማንኛውንም ሰው መቀበል አለባቸው።
- የኢንሹራንስ ኩባንያዎች ህመም ያጋጠማቸው ሰዎችን የኢንሹራንስ ሽፋን መሰረዝ አይችሉም።
- የኢንሹራንስ ኩባንያዎች በኢንሹራንስ ውላቸው ላይ ለምን ያክል የህክምና አገልግሎት ደረሰኞች እንደሚከፍሉ ገደብ ማስቀመጥ አይችሉም።
- በሽታን ለመከላከል የሚደረግ ምርመራ ነጻ ነው። በኢንሹራንስዎ ህጻናት በዶክተሮች ሲታዩ፣ ለክትባቶች፣ ለዓመታዊ ምርመራዎች፣ የጤና ሁኔታ ማጣሪያዎችና ጤንነትዎን ለመጠበቅ ለሚያግዙ ሌሎች የህክምና አገልግሎቶች ኢንሹራንስዎ ሊያስከፍልዎት አይችልም።
- የጤና ኢንሹራንስ የገበያ ቦታ (የገበያ ቦታ) ላይ የራስዎን ኢንሹራንስ መግዛት ይችላሉ። በፊት በስራዎ አማካኝነት የጤና ኢንሹራንስ ካላገኙ ራስዎ መግዛት ነበረብዎት ይህም ሆኖ ብዙውን ግዜ እጅግ በጣም ከፍተኛ ክፍያን ይጠይቅ ነበር።
- በአሁን ጊዜ የጤና ኢንሹራንስ ባሁኑ ሰዓት የተወሰነ የህክምና ክፍያ መጠንን መሸፈን አለበት። በፊት እያንዳንዱ ኩባንያ ለምን ጉዳይ እና ምን ያክል መጠን እንደሚከፍሉ የራሳቸውን ውሳኔ ይወስኑ ነበር።

በየዓመቱ ሰዎች ለጤና ኢንሹራንስ የሚመዘገቡበት ክፍት የምዝገባ ግዜ ይኖራል። ከሚከተለው ድረ ገጽ ተጨማሪ ነገሮችን ይወቁ www.healthcare.gov.

መሰረታዊ የጤና ድጋፎች

ተመጣጣኝ የሕክምና አቅርቦት ሕግ (ACA) ሁሉም የጤና ኢንሹራንስ ሽፋኖች መሰረታዊ የጤና ድጋፎች ተብለው የሚጠቀሱትን ጥቅማ ጥቅሞችንና አገልግሎቶችን እንዲሰጡ ይጠብቅባቸዋል። ባሁኑ ሰዓት እያንዳንዱ የጤና ኢንሹራንስ ሽፋን ቢያንስ የሚከተሉትን ጥቅሞች የሚሰጥ መሆን አለበት:

- ሆስፒታል ሳይገቡ ከቤትዎ በተመላላሽነት በመሄድ የሚያገኙት የህክምና እርዳታ
- አስቸኳይ ህክምና እርዳታ (emergency room)
- የሆስፒታል አገልግሎት
- የጽንስ ክትትልና የወሊድ አገልግሎት
- የአእምሮ ጤናና የአደንዛዥ ዕጽ ተጽእኖ ሕክምና
- መድኃኒቶችን ማዘዝ
- ከህመም የማገገምና የማንሰራራት አገልግሎቶችና መሳሪያዎች
- የላቦራቶሪ አገልግሎቶች
- ጤንነትን የመጠበቅና የደህንነት አገልግሎቶችና የከባድ በሽታዎች አስተዳደር
- የጥርስና የዓይን ሕክምናን ጨምሮ የህጻናት ሕክምና አገልግሎቶች

ሕመምን የመከላከል አገልግሎት

የበሽታ ክልክል አገልግሎት፣ ጤናዎ እንደተጠበቀ እንዲቆይ የሚረዳዎ የህክምና አገልግሎት ማለት ነው። እነዚህ አገልግሎቶች በሽታን የሚከላከሉ ወይም ለህመም እንዳይጋለጡ የሚያግዙ አገልግሎቶች ናቸው። ከዚህ በተጨማሪም ጤነኛና ደስተኛ ሕይወት እንዲኖሩ የሚረዳ ናቸው። ማንም ሰው ቢሆን መታመምን አይፈልግምና።

እነዚህ ጥቅሞችን በመመልከት፣ የተመጣጣኝ ሕክምና አቅርቦት ሕግ (ACA) የስቴት የጤና ኢንሹራንስ ምን ግዜም ቢሆን ነጻ የሆነ ህመምን የመከላከል አገልግሎትን ማካተት እንዳለበት ደንግጓል።

በሽታን የመከላከል የህክምና አገልግሎት ጥሩ ምሳሌ ክትባት ነው። በጉንፋን ወራት የጉንፋን ክትባት ከተከተቡ ከዛ በኋላ ጉንፋን አይዝዎትም ወይም ቢይዝዎት እንኳ የህመም ስሜቱ ብዙም አይጠነክርብዎትም ማለት ነው።

ክትባቶች በሽታን መከላከያዎች ስለሆኑ በጤና ኢንሹራንስዎ የወጪው 100% ስለሚከፈልልዎ ክትባቶችን የሚያገኙት ያለምንም ክፍያ ነው ማለት ነው።

ሌሎች በሽታን የመከላከል አገልግሎት ዓይነቶች:

- የአካል ምርመራ፤ ሰዎች ከፍተኛ የደም ግፊት፣ የአእምሮ ጭንቀት ወይም ከባድ የጤና ችግሮችን ሊያስከትሉ የሚችሉ ሌሎች የጤና ሁኔታዎች እንዳለባቸው ለማወቅ ምርመራ ማድረግ። እነዚህ የጤና ችግሮች ብዙም ሳይጠነከሩ ከተደረሰባቸው ህክምናው ቀላልና የተሻለ ውጤት የሚያስገኝ ይሆናል።
- የሴቶች ጤና። ምሞግራምስ፣ የማህጸን ካንሰር ምርመራና የወሊድ መከላከያን ማቅረብ የመሳሰሉ የሴቶች ጤና አገልግሎቶች።
- የህጻናት ጤና። የኦቲዝም ምርመራ፣ አዲስ የተወለዱ ህጻናት የጆሮ ምርመራ፣ የታዳጊ ህጻናት የአይን ምርመራና ክትባቶችን መስጠት የመሳሰሉ የህጻናት ጤና አገልግሎቶች።
- የወንዶች ጤና። የኮሎን ካንሰር ምርመራ፤ የልብ ህመምን ለመከላከል የአስፕሪን ተጠቃሚነት ማጣሪያን የመሳሰሉ ለወንዶች የሚሰጡ የጤና አገልግሎቶች።

የአረቦንና የድርሻ ክፍያዎች

የአረቦን (premium) እና የድርሻ ክፍያዎች (co pays) የጤና ኢንሹራንስ እና የህክምና መድህን ለማግኘት የሚያስፈልጉ ሁለት የወጪ አይነቶች ናቸው።

አረቦን (premium) የጤና መድህን እንዲኖርዎት በየወሩ ለኢንሹራንስ ኩባንያው የሚከፍሉት የገንዘብ መጠን ወይም ክፍያ ነው። ለምሳሌ የመኪና ኢንሹራንስ ሲገዙ ለኢንሹራንስ ኩባንያው በየወሩ እንደሚከፍሉ ሁሉ የጤና ኢንሹራንስም እንደዛው ነው። የጤና ኢንሹራንስ አረቦን ክፍያን ካልከፈሉ የጤና ኢንሹራንስዎ ሊሰረዝብዎት ይችላል።

የድርሻ ክፍያ (co-pay) የህክምና እርዳታና አገልግሎት ባገኙ ቁጥር መክፈል ያለብዎት የገንዘብ መጠን ነው። ለምሳሌ በዶክተር ከተመረመሩ፣ የላቦራቶሪ ምርመራ ካደረጉ ወይም ወደ ሆስፒታል ከሄዱ ማለት ነው።

የተለያዩ የመድኅን ሽፋኖች የተለያዩ የድርሻ ክፍያዎች አሏቸው አንዳንዶቹ ምንም የድርሻ ክፍያ የላቸውም፤ አንዳንዴ ደግሞ $10 ወይም $25 ሊከፍሉ ይችላሉ። አስቸኳይ የህክምና ክፍል (ኢመርጀንሲ ሩም) ሲሄዱ ወይም ሆስፒታል ገብተው ሲቆዩ በተጨማሪ እንዲከፍሉ የሚጠበቅብዎት የድርሻ ክፍያ (co-pay) ሊኖር ይችላል።

ኢንሹራንስዎን በሚመርጡበት ጊዜ ዋጋው ከፍ ያለውን የአረቦን (የወር ክፍያ፤premium) እና የድርሻ ክፍያ (co-pay) ልምረጥ ወይስ ዋጋው ዝቅ ያለውን? ብለው ማመዛዘን ይኖርብዎታል። እያንዳንዱ ግለሰብ/ቤተሰብ ይህን ውሳኔ ሲወስን ምን ያህል ህክምና እርዳታ እንደሚያስፈልገው ግምት ውስጥ በማስገባት ሊሆን ይገባል።

ወርሃዊ የአረቦን ክፍያዎን ቤትዎ ውስጥ ሆነው መክፈል

በዶክተሩ ቢሮ የድርሻ ክፍያን መክፈል

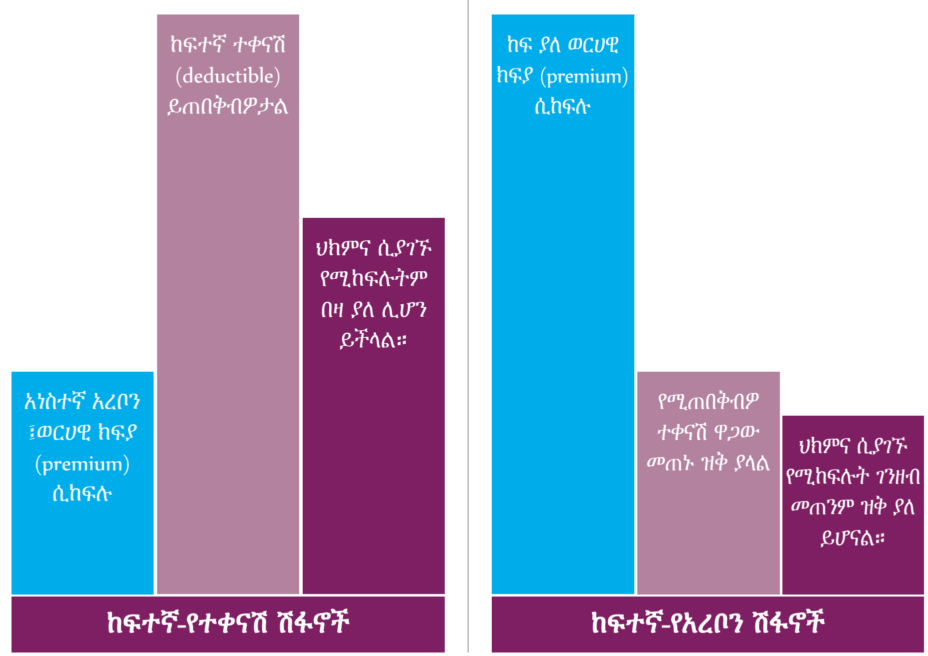
ተቀናሾችና ተባባሪ ኢንሹራንስ

ተቀናሾች

አንዳንድ የኢንሹራንስ ሽፋኖች ተቀናሽ (deductible) የሚባል ክፍያ አላቸው ። ይህም የኢንሹራንስ ኩባንያው ለሚሰጡ አገልግሎቶች ክፍዎችን መክፈል ከመጀመሩ በፊት እርስዎ መክፈል የሚኖርብዎት የተወሰነ የገንዘብ መጠን ነው። ከፍ ያለ ተቀናሽ ሂሳብ ሲኖርብዎት የጤና ኢንሹራንስ ወርሀዊ ክፍያዎ ብዙውን ጊዜ መጠኑ አነስ ይላል። አንዳንድ ሰዎች ብዙ የህክምና እርዳታ አያስፈልገኝም ብለው ከወሰኑ በወር የሚከፍሉት ገንዘብ (premium) ዝቅ እንዲል ሲሉ ከፍ ያለ ተቀናሽ ያላቸውን ፕላኖች ይመርጣሉ። ለአመቱ የሚጠበቅብዎት ተቀናሽ ሂሳብ ላይ ከደረሱ፣ የኢንሹራንስ ኩባንያው የህክምና ወጪዎችዎን አብዛኛውን ክፍል ይከፍልሎታል። ከታች ያለው ንድፍ ይህንን በደንብ እንዲረዱት ሊያግዝዎ ይችላል።

ተባባሪ ኢንሹራንስ (CO-INSURANCE)

ያለዎት የኢንሹራንስ ሽፋን ለህክማና ወጪዎ የሚከፍለው የተወሰነ ፐርሰንት ወይ የተወሰን መጠንን ብቻ ሊሆን ይችላል። ለምሳሌ ኢንሹራንስዎ 80% የራጅ ምርመራ ወጪዎን ይከፍልልዎታል እንበል። የራጅ ምርመራዎ $100 ክፍያ የሚጠይቅ ከሆነ፣ ኢንሹራንስዎ 80 ብሩን ይከፍላል እርስዎ ደግሞ የቀረውን ሀያ ብር ይከፍላሉ ማለት ነው። አንዳንድ ሰዎች ዶክተር ጋ ሲታከሙ እንዲከፍሉ የሚጠበቅባቸው ገንዘብ ዝቅ ያለ እንዲሆን ሲሉ የወርሀዊ ክፍያው (premium) ከፍ ያለውን ፕላን ይመርጣሉ።



ተቀናሾች እንዴት እንደሚሰሩ

የተቀናሽ ሂሳብ እንዴት እንደሚሰራ ለመገንዘብ ዮሀንስ የሚባል ሰው በምሳሌነት ቀርቧል። ዮሀንስ $500 ተቀናሽ ሂሳብ(deductible) አለው የዮሀንስ ኢንሹራንስ ለአንዳንድ አገልግሎቶች 100% ክፍያን መክፈል ከመጀመሩ በፊት፣ ዮሀንስ $500 ከኪሱ አውጥቶ መክፈል አለበት ማለት ነው።

$500
ተቀናሾች

$500
– $100
$400
– $125
$275
– $275
0

አንደኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ ለራጅ ምርመራ $100 መክፈል አለበት። አሁንም ቢሆን $400 በተቀናሽ ሂሳቡ ላይ ይቀራል።

ሁለተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ $20 የድርሻ ክፍያን ይከፍላል (ይህ ከተቀናሽ ሂሳቡ ላይ አይቀነስም)

ሶስተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ የደም ምርመራ ለማድረግ ደሙን በመስጠት $125 ከፍሏል።

አራተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ ድንገተኛና አስቸኳይ የህክምና እርዳታ ስላስፈለገው ህክምና ክፍሉ ላይ $275 ከፍሏል።

አሁን የተቀናሽ ሂሳብ ዜሮ ነው
ዮሃንስ ሁሉንም ተቀናሽ ሂሳብ ስለከፈለ የተወሰኑ አገልግሎቶች የመድኅን ሽፋን 100% ይሆናል። ለምሳሌ፤ ሌላ የራጅ ምርመራ የሚያደርግበት አጋጣሚ ከተፈጠረ ለዚህ ምርመራ ምንም ክፍያ አይከፍልም ማለት ነው።

እያንዳንዱ ሽፋን የተለየ ስለሆነ ሁሉንም ዝርዝር መረጃዎችን መገምገም አስፈላጊ ነው።

ከኪሳቸን የምንከፍለው የወጪ ገደብ እንዴት እንደሚሰራ

እያንዳንዱ የኢንሹራንስ ሽፋን በአንድ አመት ውስጥ ለህክምና አገልግሎትው ማውጣት ያለብዎት የገንዘብ መጠን አብጅቷል። የዛን የገንዘብ መጠን ከከፈሉ በኋላ ተጨማሪ ገንዘብ መክፈል አይጠበቅዎትም። ከታች የተገለጸው ምሳሌ ሁኔታውን የበለጠ እንዲረዱት ሊያግዝዎት ይችላል።

$1,000
ከኪስ ወጪ የሚሆን ከፍተኛ መጠን

0
+ $100
$100
+ $20
$120
+ $125
$245
+ $275
$520
+ $480
$1,000

ከመጀመሪያ ወጪ በፊት
ዮሀንስ በአመቱ መጀመሪያ ላይ ህክምና ሲያገኝ እንዲከፍል ከሚጠበቅበት $1000 የገንዘብ ገደብ ተበጅቶለታል። እስካሁን ምንም አልከፈለም።

አንደኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ ለራጅ ምርመራ $100 መክፈል አለበት።

ሁለተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ $20 የድርሻ ክፍያን ይከፍላል።

ሶስተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ የደም ምርመራ ለማድረግ ደሙን በመስጠት $125 ከፍሏል።

አራተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ ድንገተኛና አስቸኳይ የህክምና እርዳታ ስላስፈለገው ህክምና ክፍሉ ላይ $275 ከፍሏል።

አምስተኛ የሕክምና ጉብኝት
ዮሃንስ ወደ ሆስፒታል ገብቷል። የክፍያ ሰነዶች ጠቅላላ ዋጋ ከ$10,000 በላይ የደረሰ ቢሆንም የከፈለው ግን $480 ብቻ ነው፤ ምክንያቱም ከኪሱ መክፍል ያለበት ከፍተኛ የገንዘብ መጠን $1,000 ላይ ደርሷል።

ኔትወርኮች

የጤና ኢንሹራንስ ኩባንያዎ፣ ከዶክተሮች፣ ሆስፒታሎች፣ ፋርማሲዎችና ላብራቶሪ ቡድን ጋር በመተባበር ይሰራል። ምን ያክል እንደሚያስከፍልዎት የርስ በእርስ ስምምነት አላቸው።እነዚህ ቡድኖች በሚኖሩበት ስቴት ወይም አካባቢ ካሉ ስቴቶች አካባቢ ላይ ሊገኙ ይችላሉ። ይህ ቡድን ኔትዎርክ ተብሎ ይጠራል።

በኔትዎርክዎ ውስጥ ያሉ የጤና አቅራቢዎች

ለጤና ኢንሹራንስ ሲመዘገቡ፣ በኢንሹራንስ ኩባንያው ውስጥ የሚገኙ የህክምና አገልግሎት አቅራቢዎች (in network) ዘንድ ሄደው ህክምናዎን ቢያገኙ የተሻለ ነው። ይህም ማለት እነዚህ የሕክምና አገልግሎት አቅራቢዎች የእርስዎን የኢንሹራንስ ሽፋን ይቀበላሉ ማለት ነው። ከዛ ኔትወርክ ውጭ ባሉ የሕክምና አገልግሎት አቅራቢዎች መጠቀም ከፈለጉ ወጪውን ከራስዎ ኪስ መክፈል ይኖርብዎታል። ለዚህም ነው ሊጠቀሙበት የሚፈልጉት ዶክተር፣ ሆስፒታል ወይም የህክምና አገልግሎት አቅራቢ ካለዎት ያንን የኢንሹራንስ ሽፋን ከመቀበልዎ በፊት በጤና ኢንሹራንስ ኩባንያው ኔትወርክ ውስጥ የሚገኙ መሆናቸውን ማረጋገጥ አለብዎት።

ከኔትወርክ ውጭ ባሉ አገልግሎት አቅራቢዎች መመርመር

አንዳንድ የኢንሹራንስ ሽፋኖች ለቀጠሮዎ ተጨማሪ ክፍያ በማስከፈል ከኔትወርክ ውጭ ካሉ አገልግሎት አቅራቢዎች እንዲጠቀሙ የሚፈቅዱ ቢሆኑም የሚሄዱበት ዶክተር የእርስዎን ኢንሹራንስ የሚቀበል መሆኑን ማረጋገጥ የእርስዎ ኃላፊነት ነው። በቀጣዩ ገጽ በገበያ ላይ ያሉ የተለያዩ የጤና ኢንሹራንስ ሽፋን ዓይነቶችን የሚመለከቱ መረጃዎች ይቀርባሉ።

የጤና ኢንሹራንስ እቅድ ዓይነቶች

HMO (የጤና ጥበቃ ድርጅት) እና **EPO** (ብቸኛ አገልግሎት አቅራቢ ድርጅት)	**PPO** (ተመራጭ አገልግሎት አቅራቢ ድርጅት) እና **POS** (የአገልግሎት ሽፋን ነጥብ)
HMO ወይም EPO የኢንሹራንስ ሽፋን ከመረጡ ኢንሹራንስዎ የሚከፍለው የኢንሹራንስ ሽፋንዎ ኔትወርክ አባላት ለሆኑ ዶክተሮች፣ ሆስፒታሎችና ሌሎች የሕክምና አገልግሎቶች የሚከፈል ክፍያን ብቻ ነው። በሌላ ዶክተር ወይም ሆስፒታል መጠቀም ከፈለጉ ክፍያውን ከራስዎ ኪስ መክፈል ይኖርብዎታል። ብዙውን ጊዜ፣ ኢንዶክሪኖሎጂስት ወይም ቴራፒስት ሄደው መታከም ከፈለጉ HMO ከዋና ዶክተርዎ ሪፈራል እንዲያመጡ ይጠይቅዎታል። EPOs ግን ብዙውን ጊዜ ይህን አይጠይቅዎትም።	በነዚህ የመድኅን ሽፋኖች ማንኛውንም ዶክተር ወይም ሆስፒታል መምረጥ ይችላሉ። የኢንሹራንስ ኩባንያው ኔትወርክ አካል የሆነን አንዱን ከመረጡ የሚጠየቀው ወጪ ይቀንሳል። በ ppo ፕላን፣ የመድኅን ሽፋኖች ጋር ሪፈር ሳያገኙ የማንኛውም ዶክተር አገልግሎት ማግኘት ይችላሉ። የPOS መድኅን ሽፋን ካለዎት ሪፈር ሳያስፈልግዎት በሽፋኑ ውስጥ ያለን ማንኛውንም ዶክተር መጎብኘት ይችላሉ፤ ነገር ግን ከኔትወርኩ ውጭ ወዳሉ ዶክተሮች ለመሄድ ሪፈር ማግኘት አለብዎት።

HDHP ከፍተኛ ተቀናሽ ያለው የጤና ሽፋን	**የአደጋ ግዜ የመድኅን ሽፋን**
HDHPs ብዙውን ግዜ ከሌሎች የመድኅን ሽፋኖች ጋር ሲነጻጸሩ፣ አነስተኛ የአረቦን ክፍያ(ወርሀዊ ክፍያ) እና ከፍተኛ የሆነ ተቀናሽ ሂሳብ አላቸው። HDHP ካለዎት ለአንዳንድ የህክምና ወጪዎች ክፍያን ለመክፈል በጤና የቁጠባ ሂሳብ ወይ በጤና ተመላሽ ሂሳብ ማስተካከያዎች መጠቀም ይችላሉ። ይህም ሲባል አሰሪዎ ከሚከፈልዎ ክፍያ የተወሰነውን መጠን በመውሰድ ወደ ልዩ የቁጠባ ሂሳብዎ ውስጥ ያስገባል ማለት ነው። ለህክምና እርዳታ ገንዘብ በሚፈልጉበት ጊዜ ከዚህ ሂሳብ ላይ ገንዘቡን መውሰድ ይችላሉ።	እድሜያቸው ከ30 አመት በታች የሆናቸው ሰዎች “የአደጋ መድኅን” ሽፋን መግዛት ይችላሉ። ይህ መድኅን በዋነኝነት የመኪና አደጋን የመሰለ ከባድ ጉዳት ሲደርስብዎት ለሚኖሩ ከፍተኛ የህክምና ወጪዎች መሸፈኛ ይሆናል። ወርሐዊ የአረቦን ክፍያዎች አነስተኛ ሲሆኑ ተቀናሾች ግን ከፍተኛ ናቸው።

የኢንሹራንስ ማመልከቻን ማቅረብ

የኢንሹራንስ የገበያ ቦታ፣ ሰዎች የጤና ኢንሹራንስ እንዲገዙ ይረዳል፡ ከዛም በተጨማሪ ድጎማ በመባል የሚጠሩትን የጤና ኢንሹራንስ ወጪን የሚቀንሱ የግብር ጥቅማ ጥቅሞችን ለማግኘት ብቁ መሆናቸውን እንዲመረምሩ በማድረግ እርዳታ ይሰጣል።

ከናቪጌተሮች ወይም ከተረጋገጠላቸው የማመልከቻ አማካሪዎች ጋር መስራት

ስልክዎ ላይ ወይም ኢንተርኔት በመጠቀም ከገበያ ቦታ የጤና ኢንሹራንስ ለመግዛት ማመልከት ይችላሉ። ነገር ግን የኢንሹራንስ ማመልከቻን ማቅረብ አንዳንዴ ግራ አጋቢ ነገር ስለሚሆን ምርጫዎችዎን ባግባቡ እንዲረዱ ለማገዝ ኢንሹራንስ ገበያው ጋር የሚሰሩ ናቪጌተሮች ወይም የተረጋገጠላቸው የማመልከቻ ጉዳይ አማካሪዎችን (CAC) የመሳሰሉ ተገቢው ስልጠና ካላቸው ሰዎች አስፈላጊውን እርዳታ ማግኘት ይችላሉ። እነዚህ ሰዎች ማመልከቻ እንዲያቀርቡ ሊረዱዎት ይችላሉ። የገቢዎን መጠንና የቤተሰብዎ አባላት የሆኑ ሰዎች ብዛትን መሰረት በማድረግ ወጪዎ ምን ያክል እንደሚሆን እንዲያውቁት ሊረዱዎት ይችላሉ። ከዚህ ሌላም የጤና ኢንሹራንስ እንዴት እንዲሚሰራና እንዴት እንደሚያግዝዎት ለሚያነሷቸው ጥያቄዎች መልስ እንዲያገኙ ያግዟችኋል።

የኢንሹራንስ ማመልከቻን ማቅረብ

በኢንሹራንስ ገበያ በኩል ለጤና ኢንሹራንስ ማመልከቻ ሲያቀርቡ ገቢዎ ምን ያክል እንደሆነ፣ የቤተሰብዎ አባላት ብዛት ስንት እንደሆነ፣ የመኖሪያ አድራሻዎን፣ ወጪዎችዎ ምን እንደሆኑና ሌሎች ጥያቄዎችን ይጠየቃሉ። ይህም ለጤና ኢንሹራንስ ሊከፍሉት የሚችሉት የገንዝብ መጠን ስንት እንደሆነና የኢንሹራንስ ወጪዎን መጠን ለመቀነስ የግብር ተቀናሽ ለማግኘት ብቁ መሆንዎን ለማወቅ ይረዳዎታል። ናቪጌተሩ ወይም አብሮዎት የሚሰራው ሰው ሊያመጡት የሚገባውን ሰነዶች ዝርዝር; ማለትም የስራ ክፍያ ሰነዶች፣ የግብር ተመላሾችን ወይም የኢሚግሬሽን ሰነዶችን ዝርዝር ያስረዳዎታል;; በናቪጌተር ወይም በCAC እርዳታ ማመልከቻውን ለመሙላት አንድ ሰአት ያክል ይወስድብዎታል።

የጤና ኢንሹራንስ ክፍያን መክፈል

የጤና ኢንሹራንስ ከጤና ኢንሹራንስ ኩባንያ ጋር የሚፈራረሙት ውል ነው። የጤና ኢንሹራንስ ለማግኘት ምዝገባ መፈጸም የመጀመሪያው እርምጃ ነው። በመቀጠል የሚያደርጉት ነገር ክፍያውን መፈጸም ነው።

ኢንሹራንስዎን ይዘው ለመቀጠል በየወሩ የኢንሹራንስ ክፍያዎን መክፈል አለብዎት። የጤና ኢንሹራንስ የወርሀዊ በጀትዎ አካል ስለሚሆን ማለት ነው;; ለኪራይና ለመሰረታዊ አገልግሎቶች እንደሚከፍሉት ሁሉ ለጤና ኢንሹራንስዎም መክፈል ይኖርብዎታል፤ ካልሆነ ግን የመድኅን ሽፋንዎ ይሰረዛል። እንዲህ ከሆነና ዶክተር ለማየት ወይም ሌላ የሕክምና አገልግሎት ማግኘት ከፈለጉ ጠቅላላ የወጪውን መጠን ራስዎ መክፈል ይኖርብዎታል።

በገበያ ቦታ አማካኝነት ለጤና ኢንሹራንስ ከተመዘገቡ ከጥቂት ቀናት በኋላ የመጀመሪያ የክፍያ ሰነድዎን ይቀበላሉ። ይህም ከአዲሱ የኢንሹራንስ ኩባንያዎ የሚላክና የሚከፍሉትን የገንዝብ መጠን የሚገልጽልዎ ይሆናል። ይህ የገንዝብ መጠን ምዝገባውን ሲያደርጉ ከተስማሙበት የክፍያ መጠን ጋር ተመሳሳይ መሆን አለበት።

ለወደፊቱ የኢንሹራንስ ሽፋንዎን በተመለከተ ጥያቄ ካለዎት፤ ለምሳሌ ነገሮች ምን ያክል ወጪ እንደሚያስወጡዎት ወይም ዶክተርዎ የሚሆነው ማን እንደሆነ ማወቅ ከፈለጉ ጥያቄዎን ለማቅረብ መደወል ያለብዎት ወደ ገበያ ቦታው ሳይሆን ወደ መረጡት ኢንሹራንስ ኩባንያው ነው። ናቪጌተሩን፣ CAC ወይም የኢንሹራንስ ኩባንያዎን እርዳታ ከመጠየቅ ወደ ኋላ አይበሉ።

ሜንታል ሄልዝ አሜሪካን በተመለከተ

ሜንታል ሄልዝ አሜሪካ (www.mentalhealthamerica.net), እ.አ.አ 1909 ላይ የተመሰረተ፣ ሁሉም አሜሪካዊያን ለአእምሮ ጤንነት ተስማሚ የሆነ ኑሮን በመኖር ጤንነታቸውን እንዲጠብቁ ለማገዝ የሚሰራ በሃገሪቱ በመሪነት ደረጃ የሚቀመጥ ማህበረሰብን መሰረት ያደረገ ኔትወርክ ነው። በመላ አገሪቱ ባሉን 240 ተባባሪ ጽሕፈት ቤቶች አማካኝነት በሚሊዮኖች የሚቆጠሩ ሰዎች ሕይወት ጋር እንገናኛለን—በአእምሮ ጤናና ደኅንነት ፖሊሲ፣ ህዝብን በማስተማርና ወሳኝ መረጃዎችን በማቅረብ እና በፍጥነት አስፈላጊ የሆኑ የአእምሮ ጤናና ደኅንነት ፕሮግራሞችንና አገልግሎቶችን የማቅረብ ስራዎችንና እንቅስቃሴዎችን እናበረታታለን።

ይህ ፕሮጀክት ድጋፍ የሚደረግለት በፈንዲንግ ኦፖርቹኒቲ ነው
ቁጥር CA-NAV-13-001 ከዩኤስ አሜሪካ የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር እና
የሜዲኬርና የሜዲክኤይድ አገልግሎቶች ማእከል፣ የሰው ኃይል አገልግሎቶች

በዚህ ሰነድ ውስጥ ለቀረቡት ይዘቶች ብቸኛ ኃላፊነት ያለባቸው ጸሐፊዎቹ ሲሆኑ
የHHS ወይም የዚሁ ድርጅት አካላት የሆኑ የማናቸውም ኤጀንሲዎችን ኦፊሴላዊ አመለካከቶችን
አይወክልም።

Mental Health America

2000 N. Beauregard Street, 6th Floor
Alexandria, VA 22311
ከክፍያ ነጻ ስልክ: 800-969-6642
mentalhealthamerica.net