

# ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လွှဲပြောင်းခြင်း တစ်ချက်

## ရနိုင်သော ရွေးချယ်မှုများ

### ဈေး

ကျန်းမာရေးအာမခံလုံခြုံမှုဟုလည်းသိကြသော၊ ကျန်းမာရေးအာမခံဈေးကွက်သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိ စားသုံးသူများသည် တတ်နိုင်သော စောင့်ရှောက်မှုအကူအညီပေး (ACA)-ကိုကိုင်ညီသော တစ်ဦးချင်း/မိသားစုကျန်းမာရေး အာမခံအစဉ်များကို ဝယ်ယူနိုင်ပြီး အကျိုးဝင်မှုနှင့် စောင့်ရှောက်မှုများကို ပိုမို တတ်နိုင်စေရန်အတွက် ဝင်ငွေအခြေခံထောက်ပံ့မှုများကို ရယူနိုင်သည်။

[kynect \(kynect.ky.gov\)](http://kynect.ky.gov)

ယခင်က Kentucky Health Benefit Exchange ဟုခေါ်သော kynect သည် ACA အရ ဖန်တီးထားသော ဓနသဟာယနိုင်ငံ Kentucky ရှိ ကျန်းမာရေးအာမခံ ဈေးကွက်ဖြစ်သည်။

[Medicaid \(medicaid.gov\)](http://medicaid.gov)

ဝင်ငွေနည်းသူများ၊ ကလေးများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများ အခမဲ့ သို့မဟုတ် ကုန်ကျစရိတ်သက်သာသော ကျန်းမာရေး အကျိုးဝင်သော အာမခံအစဉ်။ ပြည်နယ်အများစုသည် ၎င်းတို့၏ Medicaid ပရိုဂရမ်များကို အချို့သော ဝင်ငွေအဆင့်အောက် လူအားလုံးကို ကာမိစေရန် ချဲ့ထွင်ထားသည်။ သင်သည် Medicaid လွှဲပြောင်းမှုအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီသည်ဖြစ်စေ သင့်ပြည်နယ်သည် ၎င်း၏ပရိုဂရမ်ကို တိုးချဲ့ထားခြင်းရှိမရှိအပေါ် တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း မှတည်ပါသည်။ Medicaid အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် ပရိုဂရမ်အမည်များသည် ပြည်နယ်များကြားတွင် အနည်းငယ်ကွဲပြားသည်။

[Medicare \(medicare.gov\)](http://medicare.gov)

Medicare သည် ပြည်ထောင်စုကျန်းမာရေးအာမခံအစဉ်အတွက်- အသက် 65 နှစ်နှင့်အထက်လူများ

- မသန်စွမ်းလူငယ်အချို့
- နောက်ဆုံးအဆင့် ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိသူများ ( တစ်ခါတစ်ရံ ESRD ဟု ခေါ်သော dialysis သို့မဟုတ် အစားထိုးကုသမှုလိုအပ်သော အမြဲတမ်းကျောက်ကပ်ပျက်ကွက်ခြင်း)

### အလုပ်ရှင်က ပံ့ပိုးပေးသော အစီအစဉ်များ

ကျန်းမာရေးအာမခံသည် ဝန်ထမ်းများနှင့် ၎င်းတို့၏ မိသားစုများကို အလုပ်အကိုင်အကျိုးအမြတ်အဖြစ် ပေးဆောင်သည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် အလုပ်ရှင်များသည် ပရီမီယံ ကုန်ကျစရိတ်အချို့ သို့မဟုတ် အားလုံးကို ပေးဆောင်သည်။ အလုပ်ရှင်က ပံ့ပိုးပေးသော အစီအစဉ်များသည် ထောက်ပံ့ကြေးများ သို့မဟုတ် ပရီမီယံအခွန်ခရက်ဒစ်များအတွက် အရည်အချင်းမပြည့်မီပါ။

[VA ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု \(va.gov/health-care\)](http://va.gov/health-care)

VA ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို တက်ကြွသောစစ်တပ်၊ ရေတပ် သို့မဟုတ် လေကြောင်း ဝန်ဆောင်မှုတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည့် အရည်အချင်းပြည့်မီသော စစ်ပြန်များအတွက် ရရှိနိုင်ပါသည်။

[TRICARE \(tricare.mil\)](http://tricare.mil)

TRICARE သည် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့ဝင်များ၊ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော မိသားစုဝင်များ၊ National Guard နှင့် Reserve အဖွဲ့ဝင်များနှင့် ၎င်းတို့၏ မိသားစုများ၊ အငြိမ်းစားများ၊ အငြိမ်းစားမိသားစုဝင်များ၊ အသက်ရှင်ကျန်ရစ်သူများနှင့် အချို့သော အိမ်ထောင်ဖက်ဟောင်းများအတွက် ယူနီဖောင်းဝတ်ထားသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။



## သိရန်အသုံးအနှုန်းများ

### အရည်အချင်းပြည့်မီသောဘဝ

ပြန်လည် ACA ဖွင့်လှစ်စာရင်းသွင်းကာလ၏ပြင်ပတွင် ကျန်းမာရေးအာမခံကို တစ်ဦးချင်း သို့မဟုတ် မိသားစုမှ ဝယ်ယူရန် အထူးစာရင်းသွင်းကာလကို အစပျိုးပေးသည့် ဖြစ်ရပ်တစ်ခု။ အရည်အချင်းပြည့်မီသော ဘဝဖြစ်ရပ်များ ပါဝင်သည်-

- ကျန်းမာရေး အကျိုးဝင်မှု ဆုံးရှုံးခြင်း။
- အိမ်တွင်းရေးအပြောင်းအလဲများ
- နေထိုင်မှုအပြောင်းအလဲ
- သင့်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီသော လွှဲပြောင်းမှုအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိသော ဝင်ငွေအပြောင်းအလဲများ
  - အမေရိကန်နိုင်ငံသားဖြစ်ခြင်း။
  - အကျဉ်းချုပ်ခံရသည်။

### စာရင်းသွင်းဖွင့်လှစ်

တစ်ဦးချင်းစီ စာရင်းသွင်းခြင်း၊ သက်တမ်းတိုးခြင်း၊ ပြောင်းလဲခြင်း၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာရေး အာမခံကို ပယ်ဖျက်နိုင်သည့် နှစ်စဉ်ကာလ။ ဖွင့်လှစ်ထားသော စာရင်းသွင်းကာလကို လွတ်သွားပါက လာမည့်နှစ် ဖွင့်လှစ်သော စာရင်းသွင်းကာလအထိ တစ်နှစ်ပြည့် ကျန်းမာရေး အကျိုးဝင်မှု မရှိခြင်းအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သည်။

## နှစ်စဉ်ဖွင့်လှစ်သောစာရင်းသွင်းရက်စွဲများ

**kynect:** နိုဝင်ဘာ ၁ ရက်မှ ဒီဇင်ဘာ ၃၁ ရက်အထိ

**Medicare:** အောက်တိုဘာ ၁၅ - ဒီဇင်ဘာ ၇

# တတ်နိုင်သော စောင့်ရှောက်မှုဥပဒေ (ACA) ဖြင့် အကျိုးဝင်သော မရှိမဖြစ် အကျိုးကျေးဇူးဆယ်ပါး

၎င်းတို့သည် Marketplace/kynect အစီအစဉ်များတွင် ပါဝင်သည်။ အချို့ကို အခကြေးငွေမယူဘဲ သင့်အတွက် ရနိုင်ပါသည်။



ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း နှင့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ



ဆေးညွှန်း



သားဖွားစောင့်ရှောက်မှု



ကလေးအထူးကု ဝန်ဆောင်မှုများ



ဓာတ်ခွဲခန်းဝန်ဆောင်မှုများ



စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် အပြုအမူ ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ကုသမှု



ဆေးရုံတက်ရတယ်။



အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုများ



ပြန်လည်ထူထောင်ရေးနှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ



လူနာတင်ယာဉ်ဝန်ဆောင်မှုများ

## ကျွန်ုပ်တို့၏ အနှံ့လှိုင်းကိရိယာတန်ဆာပလာများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် အခကြေးငွေရယူခြင်းနှင့် ပေးဆောင်ခြင်းသည် တစ်ဦးချင်းနှင့် မိသားစုများ စိတ်ပူပန်မှု၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုနှင့် ငွေကြေးမတည်ငြိမ်မှုများကို ဖြစ်စေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လွှမ်းခြုံနိုင်သော ပညာရေးဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများသည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လွှမ်းခြုံမှုမှ လျှော့ဝှက်ဆန်းကြယ်မှုနှင့် နာကျင်မှုများကို ဖယ်ရှားရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

[ASCLEPIUSINITIATIVE.ORG/TOOLKIT](https://ASCLEPIUSINITIATIVE.ORG/TOOLKIT)



## အဘယ်ကြောင့် U.S တွင်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရယူရသနည်း။ အရမ်းရှုပ်ထွေးလား?

အခြားဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံများနှင့်မတူဘဲ၊ လူတိုင်းတွင် မွေးကင်းစမှ သေဆုံးသည်အထိ ကျန်းမာရေးအာမခံထားရှိနိုင်သော universal coverage စနစ် မရှိပါ။ လူတိုင်းအတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်းသည် အများသူငှာ စာကြည့်တိုက်များ၊ ရဲတပ်ဖွဲ့ သို့မဟုတ် မီးသတ်ဌာနတို့ကို ပေးဆောင်ခြင်းထက် ကွာခြားမှုမရှိပါ။

ဤပစ္စည်းများကို RFA-OT21-2103 လက်အောက်ရှိ ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးစင်တာများ၊ STLT ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် လုပ်သားအင်အားဆိုင်ရာ အမျိုးသားဗဟိုဌာနမှ Kentucky Department's Health Equity Office of Health Equity ရုံးမှ ထောက်ပံ့ငွေများဖြင့် ပံ့ပိုးပေးခဲ့ပါသည်။

ဤပစ္စည်းများ၏ အကြောင်းအရာများသည် စာရေးဆရာများဖြစ်ကြပြီး Kentucky Public Health for Public Health သို့မဟုတ် ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးစင်တာများမှ တရားဝင်ရာထူး သို့မဟုတ် ထောက်ခံမှုကို ကိုယ်စားပြုခြင်း မလိုအပ်ပါ။