

# ຄຳແນະນຳສຳລັບຜູ້ໃຊ້ໃນຄຳສັບສຳຄັນ

ການຕີຄວາມໝາຍຂອງຄຳສັບຂອງປະກັນພ້ອມສຸຂະພາບສຳຄັນທີ່ສຸດ







washington  
**healthplanfinder**

click. compare. covered.

# ເງິນຫັກອອກ

ຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານຈະຈ່າຍໃສ່ການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານກ່ອນທີ່ແຜນການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານຈະເລີ່ມຕົ້ນຈ່າຍສ່ວນນຶ່ງຂອງຄ່າປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.ເງິນຫັກອອກແມ່ນນຶ່ງຂອງຫົນທາງທີ່ທ່ານຈ່າຍຮ່ວມກັນໃນຄ່າຂອງການປິ່ນປົວຂອງທ່ານນຳໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

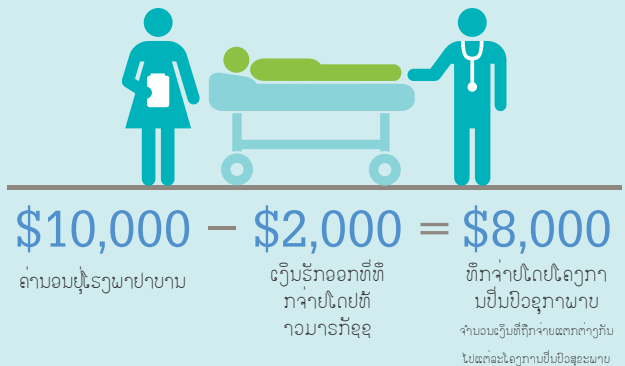
ຈຳນວນເງິນຫັກອອກຂອງທ່ານຈະເລີ່ມຕົ້ນໃໝ່ໃນເວລາເລີ່ມຕົ້ນຂອງປີປະຕິທິນທຸກໆປີ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ທ້າວມາສກັສມີເງິນຫັກອອກຕໍ່ປີ \$2,000.  
ລາວໄດ້ນອນຢູ່ໂຮງພະຍາບານທີ່ຕົກເປັນຄ່າ\$10,000.  
ທ້າວມາສກັສຈະຕ້ອງໄດ້ຈ່າຍເງິນຫັກອອກຂອງລາວກ່ອນທີ່ໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວຈະຈ່າຍຄ່າປິ່ນປົວແນວໃດແນວນຶ່ງ.

ເງິນຫັກອອກ ແລະ ຄ່າອື່ນໆແຕກຕ່າງກັນໄປແຕ່ລະໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບ.



# ລວບລວມສູດຢາຂອງໂຄງການ

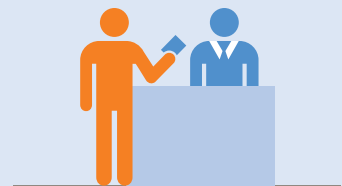
ລວບລວມສູດຢາຂອງໂຄງການແມ່ນລາຍຊື່ຂອງຢາຊື່ງຖືກຄຸ້ມກັນໂດຍໂຄງການປີນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.ໂຄງການປີນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານຈະຈ່າຍໃຫ້ທັງຫມົດຫລື ສ່ວນນຶ່ງຂອງຄ່າຂອງຢາເຫລົ່ານີ້.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ທ້າວຈອດຈິໄປຮ້ານຂາຍຢາເພື່ອຈະຊື້ເອົາຢາສິ່ງຊື້ຈາກທ່ານຫມໍແນວໃຫມ່.ທ້າວຈອດຈິຂໍໃຫ້ທ່ານຫມໍຂາຍຢາກວດເບິ່ງລາຍຊື່ລວບລວມສູດຢາຂອງໂຄງການ.ໂຄງການປີນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວຈະຈ່າຍເງິນໃຫ້ສໍາລັບຢານັ້ນ.ທ້າວຈອດຈິມີແຕ່ຈະໄດ້ຈ່າຍເງິນຈ່າຍຮ່ວມ\$20 ຂອງລາວ. ໂຄງການຂອງລາວຈ່າຍສ່ວນທີ່ເຫລືອ.

ຈໍານວນຂອງເງິນຈ່າຍຮ່ວມແຕກຕ່າງກັນໄປແຕ່ລະໂຄງການ.



\$20

ຕໍ່ຢາສິ່ງຊື້ຈາກທ່ານຫມໍ

# ຜູ້ໃຫ້ການປະຖົມ ພະຍາບານ (PCP)

ທ່ານຫມໍ ຫລື ນາຍຫມໍຕົ້ນຕໍທີ່ທ່ານ  
ເລືອກເອົາໃຫ້ເປັນພາກສ່ວນຂອງ  
ໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

PCPຂອງທ່ານກຳກັບເບິ່ງນຳການປິ່ນ  
ປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານທັງຫມົດ ແລະ  
ຈະເຮັດວຽກນຳຜູ້ໃຫ້ການປິ່ນປົວ ແລະ  
ຜູ້ຊ່ຽວຊານຄົນອື່ນເພື່ອຈະຮັກສາໃຫ້  
ທ່ານແຂງແຮງ.



ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ທ້າວໂຮເຈີມີໂຄງການປະກັນພ້ອມສຸຂະພາບເປັນເທື່ອທຳອິດ.ໃນເວລາ  
ຜ່ານມາ, ລາວໄປຫ້ອງສຸກເສີນERຖ້າຫາກວ່າລາວຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ. ດຽວນີ້ລາວສາ  
ມາດເລືອກເອົາຜູ້ໃຫ້ການປະຖົມພະຍາບານ (PCP) ຄົນນຶ່ງ.PCP  
ຂອງລາວເປັນທ່ານຫມໍຕົ້ນຕໍຂອງລາວ.



ໄປຢ້ຽມຢາມ PCP  
ຂອງທ່ານສຳລັບການກວດສຸຂະພາບ ແລະ  
ການປິ່ນປົວທີ່ບໍ່ແມ່ນສຸກເສີນ

# ເຄຣດິດພາສີສໍາລັບ ຄ່າທຳນຽມ

ຂ້າພວກເຮົາຮູ້ວ່າທ່ານ,ທ່ານອາດຈະສາມາດໄດ້ຮັບ  
ເຄຣດິດພາສີສໍາລັບຄ່າທຳນຽມ.ເຄຣດິດພາສີສາມາດ  
ຖືກໃຊ້ເພື່ອຈະລຸດຄ່າທຳນຽມປະຈຳເດືອນຂອງ  
ທ່ານລົງ, ຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານຈ່າຍໃນແຕ່ລະເດືອນ  
ສໍາລັບໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

ເພື່ອຈະຮູ້ຈັກວ່າທ່ານສາມາດໄດ້ຮັບເຄຣດິດພາສີ ຫລື ບໍ່,  
ຈົ່ງແວ່ເວົ້າເບິ່ງ [WAHealthplanfinder.org](http://WAHealthplanfinder.org) ຫລື  
ໂທຫາ 1-855-923-4633



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ນາງມາແຊລລາເປັນຜູ້ໃຫຍ່ທີ່ຖືກຮັບປະກັນ, ໂສດ. ລາວຫາເງິນໄດ້  
\$25,000 ຕໍ່ປີ (ປະມານ\$2,000 ຕໍ່ເດືອນ). ເງິນເຮັດວຽກຂອງ  
ນາງມາແຊລລາເຮັດໃຫ້ເປັນໄປໄດ້ສໍາລັບລາວທີ່ຈະໄດ້ຮັບຄວາມ  
ຊ່ວຍເຫລືອດ້ານການເງິນຊຶ່ງຖືກເອີ້ນວ່າເຄຣດິດພາສີ. ອັນນີ້ຊ່ວຍເຮັດ  
ໃຫ້ການຈ່າຍເງິນຄ່າທຳນຽມຂອງນາງມາແຊລລາມີອາຄາຕໍ່າກວ່າ.

ຈົ່ງຕິດຕໍ່ຫາ *Washington Healthplanfinder* ສໍາລັບຈຳນວນຕົວຈິງ.



ຄ່າຂອງຄ່າທຳນຽມ — ເຄຣດິດພາສີຂອງ — ເງິນຈ່າຍປະຈຳເດືອນ  
ຄ່າທຳນຽມ ທີ່ຕໍ່າກວ່າ

# ປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນ

ປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນແມ່ນສ່ວນຂອງຄ່າຂອງການປົນປົວສຸຂະພາບທີ່ຖືກຄຸ້ມກັນຂອງທ່ານ. ທ່ານເລີ່ມຕົ້ນທີ່ຈະຈ່າຍປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນຫລັງຈາກທີ່ທ່ານໄດ້ຈ່າຍເງິນຫັກອອກຂອງໂຄງການປົນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານແລ້ວ.

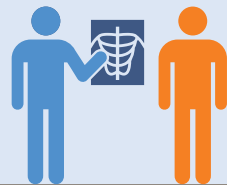
ປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນເປັນພຽງແຕ່ນຶ່ງຂອງຫົນທາງທີ່ທ່ານຈະຈ່າຍຮ່ວມໃນຄ່າຂອງການປົນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານນໍາໂຄງການປົນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ທ້າວເຈມສີໄດ້ຈ່າຍເງິນຫັກອອກຂອງໂຄງການປົນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວ. ລາວໄດ້ຮັບໃບບິນເກັບເງິນ \$500 ສໍາລັບສໍາລັບການກວດສຸຂະພາບ. ໂຄງການປົນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວຈະຈ່າຍຂອງໃບບິນເກັບເງິນ 80% ຂອງໃບບິນຫລືວ່າ \$400 ດອນລາ. ໃນຖານະເປັນພາກສ່ວນນຶ່ງຂອງປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນຂອງລາວ, ທ້າວເຈມສີຈະຈ່າຍ 20% ຂອງໃບບິນທັງຫມົດ ຫລື \$100 ດອນລາ.

ຈໍານວນເງິນຂອງປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນແຕກຕ່າງກັນໄປ



$$20\% \times \$500 = \$100$$

ປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນ

ໃບບິນທັງຫມົດ

ທ້າວເຈມສີຕິດຢູ່



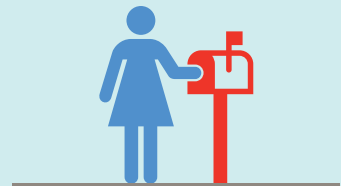
# ຄ່າທຳນຽມ

ຄ່າທຳນຽມຂອງທ່ານແມ່ນຈຳນວນເງິນທີ່ທ່ານ  
ຈະຈ່າຍແຕ່ລະເດືອນສຳລັບໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະ  
ພາບຂອງທ່ານ. ທ່ານຕ້ອງໄດ້ຈ່າຍຄ່າທຳນຽມ  
ຂອງທ່ານເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະບໍ່ໄດ້ຮັບການ  
ປຶ້ນປົວສຸຂະພາບແນວໃດກໍຕາມ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ຄ້າຍຄືກັນກັບໃບບິນຄ່າໄຟຟ້າ ແລະ ໂທຣະສັບຂອງລາວ, ນາງຈິນຈ່າຍຄ່າທຳນຽມຂອງໂຄງການ  
ປຶ້ນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວແຕ່ລະເດືອນ. ເພື່ອຈະໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າການຈ່າຍເງິນຂອງລາວຈະຖືກໄດ້  
ຮັບທັນຕາມເວລາ, ນາງຈິນສົ່ງການຈ່າຍເງິນຂອງລາວມາກ່ອນຫລາຍໆມື້ ຫລື ຈ່າຍເງິນທາງອອນ  
ລາຍນ໌ເພື່ອຈະຮັກສາໃຫ້ໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວໃຫ້ຍັງເປີດໃຊ້ການໄດ້ຢູ່.



ໃຫ້ກະເວລາໃຫ້ພໍສຳລັບການ  
ຈ່າຍເງິນທີ່ຈະໄລ່ໄສໂດຍການສົ່ງ  
ມາກ່ອນລ່ວງຫນ້າ

# ເງິນຈົກອອກຈາກກຸ້ງ

ຄ່າຮາຍຈ່າຍທີ່ທ່ານຈ່າຍຊຶ່ງບໍ່ຖືກຈ່າຍ  
ໃຫ້ໂດຍໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບ  
ຂອງທ່ານ.

ຄ່າຮາຍຈ່າຍຈົກອອກຈາກກຸ້ງຕົນເອງ  
ລວມເອົາເງິນຫັກອອກ, ເງິນປະກັນພັຍ  
ຈ່າຍຮ່ວມກັນ, ແລະ ເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນ  
ສໍາລັບການບໍລິການປຶ້ນປົວທີ່ຖືກຄຸ້ມກັນ  
ບວກກັບຄ່າຮາຍຈ່າຍທຸກໆຢ່າງສໍາລັບການ  
ບໍລິການທີ່ບໍ່ຖືກຄຸ້ມກັນໂດຍໂຄງການປຶ້ນປົວ  
ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

ຄ່າຮາຍຈ່າຍຈົກອອກຈາກກຸ້ງຕົນເອງສໍາລັບ 2015 ສາມາດບໍ່ກາຍເກີນ  
\$6,600 ສໍາລັບແຜນການສ່ວນບຸກຄົນ ແລະ \$13,200 ສໍາລັບແຜນການ  
ສໍາລັບຄອບຄົວຖ້າຫາກວ່າຄື້ເຮົາພາຍໃນຕະຫລາດການຄ້າ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ນາງເຊີລີມີລູກສອງຄົນ. ລາວຈ່າຍເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນ \$20 ທຸກໆເທື່ອທີ່  
ລາວ ຫລື ລູກມີການຢ້ຽມຢາມທ່ານໜຶ່ງເປັນປະຈຳ. ໃນຖານະເປັນຄອບ  
ຄົວນຶ່ງ, ເຂົາເຈົ້າຈະມີການຢ້ຽມຢາມທ່ານໜັ້ນ 15 ເທື່ອຕໍ່ປີ.  
ຄ່າຂອງເງິນຈົກອອກຈາກກຸ້ງຂອງນາງເຊີລີຈະແມ່ນ \$300 ປີນີ້.

ຕົວເລກເປັນການອາດຄະເນ; ໂທຫາໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບເຈາະຈົງຂອງທ່ານເພື່ອຮາຍຮະອຽດເພີ່ມເຕີມ.



$$\$20 \times 15 = \$300$$

ຕໍ່ການຢ້ຽມຢາມ      ການຢ້ຽມຢາມ      ປີ

# ສາຍງານ

ສາຍງານພາຍໃນ:

ທ່ານຫມໍ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ການປິ່ນປົວສຸຂະພາບ  
ຄົນອື່ນທີ່ຖືກອະນຸມັດໂດຍໂຄງການປິ່ນປົວ  
ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ

ສາຍງານພາຍນອກ:

ທ່ານຫມໍ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ການປິ່ນປົວສຸຂະພາບ  
ຄົນອື່ນທີ່ບໍ່ຖືກອະນຸມັດໂດຍໂຄງການປິ່ນປົວ  
ສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

ທ່ານຈະຈ່າຍເງິນຫລາຍກວ່າສໍາລັບຜູ້ໃຫ້  
ການປິ່ນປົວຢູ່ໃນສາຍງານພາຍນອກ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ນາງລໍຣາຕ້ອງການພົບກັບຜູ້ປຶກສາສຸຂະພາບໂຮກຈິດ. ລາວພົບເຫັນຄົນນຶ່ງຢູ່ໄກ້  
ບ້ານຂອງລາວ. ກ່ອນທີ່ຈະເຮັດຫມາຍນັດພົບຢ້ຽມຢາມ, ລາວຢາກເຮັດໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ  
ຜູ້ໃຫ້ການປິ່ນປົວແມ່ນຢູ່ໃນສາຍງານພາຍໃນສໍາລັບໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບ  
ຂອງລາວ. ມັນຈະເຮັດໃຫ້ນາງລໍຣາເສັຽເງິນຫລາຍກວ່າຖ້າຫາກວ່າລາວເລືອກເອົາ  
ຜູ້ປຶກສາຢູ່ໃນສາຍງານພາຍນອກ.



ສອບຖາມເບິ່ງວ່າຜູ້ໃຫ້ການປິ່ນປົວຂອ  
ງທ່ານຢູ່ໃນສາຍງານພາຍໃນຫລືບໍ່ກ່ອນ  
ທີ່ຈະເຮັດຫມາຍນັດພົບຢ້ຽມຢາມ

# ເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນ

ເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນແມ່ນຈຳນວນເງິນຕາຍຕົວທີ່ທ່ານຈ່າຍສຳລັບການປິ່ນປົວສຸຂະພາບທີ່ຖືກຄຸ້ມກັນ. ການບໍລິການປິ່ນປົວເຊັ່ນວ່າການຢ້ຽມຢາມທ່ານຫມໍເປັນປະຈຳ ຫລືວ່າການຊື້ເວົ້າຢາສິ່ງຊື້ຈະມີເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນຕາມປົກກະຕິ.

ເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນຂອງທ່ານຕ້ອງໄດ້ຈ່າຍໃນເວລາທຸກໆເທື່ອທີ່ທ່ານໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ທ້າວໂທນັ້ນສມີຄວາມດັນຂອງເລືອດສູງ ແລະ ຢ້ຽມທ່ານຫມໍປະຖົມພະຍາບານຂອງລາວທຸກໆ 3 ເດືອນ. ໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວບອກວ່າຕ້ອງມີເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນສຳລັບການຢ້ຽມຢາມທ່ານຫມໍແຕ່ລະເທື່ອສຳລັບການປິ່ນປົວ.

ຈຳນວນຂອງເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນແຕກຕ່າງກັນໄປແຕ່ລະໂຄງການສຸຂະພາບ.



\$20

ຕໍ່ການຢ້ຽມຢາມ

# ການບໍລິການປ້ອງກັນ

ການບໍລິການປິ່ນປົວສຸຂະພາບ, ເຊັ່ນວ່າການກວດສຸຂະພາບ ແລະ ການສັກຢາກັນໃ້ຫວັດໃຫຍ່ປະຈຳປີ, ຊຶ່ງຖືກຈ່າຍໃຫ້ໂດຍໂຄງການປະກັນພັຍສຸຂະພາບຂອງທ່ານໂດຍມີຄ່າຫນ້ອຍນຶ່ງຫລື ບໍ່ຄິດຄ່າຕໍ່ທ່ານເລີຍ. ການບໍລິການເຫລົ່ານີ້ໄດ້ຖືກຄຸ້ມກັນໃຫ້ເທົ່ານັ້ນເມື່ອເວລາມັນຖືກເອົາໃຫ້ໂດຍຜູ້ໃຫ້ການບໍລິການຢູ່ໃນສາຍງານພາຍໃນ.



## ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ນາງເທລີຢາກຢູ່ຢ່າງແຂງແຮງ, ເພາະສະນັ້ນແລ້ວລາວຈຶ່ງໄປກວດສຸຂະພາບ ແລະ ສັກຢາກັນໃ້ຫວັດໃຫຍ່ທຸກໆປີ. ລາວມັກທີ່ວ່າໂຄງການປິ່ນປົວສຸຂະພາບຂອງລາວຈ່າຍເງິນໃຫ້ສໍາລັບການບໍລິການທີ່ຮັກສາລາວບໍ່ໃຫ້ເຈັບປ່ວຍ.



ການປິ່ນປົວປ້ອງກັນຊ່ວຍ  
ໃຫ້ທ່ານຢູ່ຢ່າງແຂງແຮງ

# ສະວັດດີການ ສຸຂະພາບ ສໍາຄັນ



ອຸດນິ້ງຂອງການບໍລິການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບ 10 ຢ່າງທີ່ທຸກໆໂຄງການຕ້ອງຮຸ້ມກັນ. ສະວັດດີການບາງຢ່າງແມ່ນຟຣີ. ບາງຢ່າງມີເງິນຈ່າຍຮ່ວມກັນ ແລະ ປະກັນພ້ຍຮ່ວມກັນ.

1. ການຢ້ຽມຢາມທ່ານໝໍ ແລະ ການນອນໂຮງພະຍາບານ
2. ການເດີນທາງໄປຫ້ອງສຸກເສີນ
3. ການປຶ້ນປົວກ່ອນ ແລະ ຫຼັງຈາກລູກນ້ອຍຂອງທ່ານເກີດແລ້ວ
4. ການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບໂຮກຈິດ ແລະ ການຕິດຢາເສບຕິດ
5. ຢາສັ່ງຊື້ຈາກທ່ານໝໍ
6. ການບໍລິການ ແລະ ເຄື່ອງອຸປະກອນທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານພັກພື້ນຖ້າຫາກວ່າທ່ານໄດ້ຮັບບາດເຈັບ, ຫລື ມີຄວາມເສັຽອົງຄະ ຫລື ສະພາບຊໍາເຮື້ອ
7. ການກວດພະຍາດຂອງຫ້ອງວິຊີຍ
8. ການປຶ້ນປົວປ້ອງກັນລວມທັງການປຶກສາ, ການກວດກັນເບິ່ງ ແລະ ການສັກຢາກັນໂຮກ
9. ການຄວບຄຸມເບິ່ງນໍາພະຍາດຊໍາເຮື້ອ, ເຊັ່ນວ່າໂຮກເປົາຫວານ ຫລື ພະຍາດຫືດ
10. ການປຶ້ນປົວເດັກນ້ອຍ

ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ >

ດຽວນີ້ໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບທຸກໆໂຄງການຕ້ອງລວມເອົາສະວັດດີການຂອງການນອນໂຮງພະຍາບານໃສ່ນໍາ, ເພື່ອຮາຍຮະອຽດຈິ່ງໂທຫາ *Washington Healthplanfinder* ໄດ້ທີ່ 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ຫລື ໂທຫາໂຄງການປຶ້ນປົວສຸຂະພາບຂອງທ່ານ.

ທຸກໆຄົນມີສິດທີ່ຈະໄດ້ຮັບຄວາມຊ່ວຍເຫລືອແລະຮາຍຮະອຽດຟຣີເປັນພາສາຂອງເຂົາເຈົ້າເອງ. ເພື່ອຈະເວົ້ານໍາຄົນໃດຄົນນຶ່ງຟຣີໃນພາສາທີ່ທ່ານເຂົ້າໃຈ, ໂທຫາເລກ 1-855-923-4633. ເພື່ອຮາຍຮະອຽດເພີ່ມເຕີມແນວເຂົ້າຢ້ຽມ: [www.wahbexchange.org/language-resources](http://www.wahbexchange.org/language-resources).



ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫລືອຈາກ  
ຜູ້ຊ່ວຍເຫລືອທີ່ຕ້ອນຮັບດີ



