

ការណែនាំរបស់អ្នកប្រើប្រាស់ចំពោះពាក្យគន្លឹះ  
និយមន័យនៃពាក្យគន្លឹះកំពូលនៃធានារ៉ាប់រងសុខភាព



# ប្រាក់អាចកាត់បាន

ចំនួនទឹកប្រាក់ដែលអ្នកនឹងចំណាយលើការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកមុនពេលដែលគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នកចាប់ផ្តើមបង់ថ្លៃថែទាំសុខភាពខ្លះៗ។ ប្រាក់អាចកាត់បានគឺជាមធ្យោបាយមួយក្នុងចំណោមវិធីដែលអ្នកចែកចាយការចំណាយនៃការថែទាំរបស់អ្នកជាមួយគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

ចំនួនទឹកប្រាក់អាចកាត់បានរបស់អ្នកចាប់ផ្តើមនៅដើមឆ្នាំប្រតិទិន។



## របៀបដំណើរការ



Marcus មានប្រាក់អាចកាត់បាន \$2,000 ប្រចាំឆ្នាំ។ គាត់មានការស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យដែលមានតម្លៃ \$10,000។ Marcus ត្រូវបង់ប្រាក់អាចកាត់បានមុនពេលដែលគម្រោងសុខភាពរបស់គាត់ត្រូវចំណាយណាមួយ។ ថ្លៃឈ្នួលនឹងថ្លៃចំណាយផ្សេងៗគ្នាខុសគ្នាតាមគម្រោងសុខភាព។



# រូបមន្តគម្រោង

រូបមន្តគម្រោងគឺជាបញ្ជីថ្នាំដែលត្រូវបានគ្របដណ្តប់ដោយគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។ គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នកនឹងត្រូវចំណាយទាំងអស់ឬមួយផ្នែកនៃថ្លៃចំណាយសម្រាប់ថ្នាំទាំងនេះ។



## របៀបនៃដំណើរការ >

George ទៅហាងឱសថដើម្បីបំពេញវេជ្ជបញ្ជាថ្មី។ George មានឱសថការពារជំងឺរាគមន៍បញ្ជីរូបមន្តគម្រោង។ គម្រោងសុខភាពរបស់គាត់នឹងចំណាយសម្រាប់ថ្នាំនេះ។ លោក George ចំណាយតែលើសហព័ន្ធ \$20 របស់គាត់ប៉ុណ្ណោះ។ គម្រោងរបស់គាត់ចំណាយនៅសល់។ ចំនួនទឹកប្រាក់នៃប្រាក់ណែនាំសហការខុសគ្នាអាស្រ័យលើគម្រោងសុខភាព។



\$20

សម្រាប់ការចេញវេជ្ជបញ្ជាម្តង

# អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំបឋម (PCP)

វេជ្ជបណ្ឌិតឬគិលានុបដ្ឋាយិកាចម្បងដែលអ្នកជ្រើសរើសមកលេងជាផ្នែកមួយនៃគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

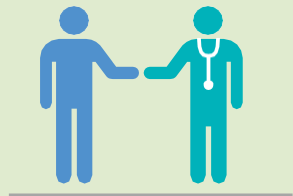
PCP របស់អ្នកត្រូវពិនិត្យការថែទាំ សុខភាពសរុបរបស់អ្នកហើយអាចធ្វើការជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំ និងអ្នកជំនាញផ្សេងទៀតដើម្បីឱ្យអ្នកមានសុខភាពល្អ។



## របៀបដំណើរការ

Roger មានគម្រោងធានារ៉ាប់រងសុខភាពសម្រាប់លើកទីមួយ ។ កាលពីមុនគាត់បានទៅ ER ប្រសិនបើគាត់កំពុងមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន។ ឥឡូវនេះគាត់អាចជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំបឋម (PCP) ។

PCP របស់គាត់ជាវេជ្ជបណ្ឌិតសំខាន់របស់គាត់។



ទស្សនា PCP របស់អ្នក សម្រាប់សុខភាព, ការថែទាំសុខភាពបន្ទាន់, និងការថែរក្សាដោយផ្ទាល់

# ▶ បុព្វលាភឥណទានពន្ធ

អាស្រ័យលើប្រាក់ចំណូលរបស់អ្នកអ្នកនឹងអាចទទួលបានឥណទានពន្ធពិសេស។ ឥណទានពន្ធអាចត្រូវបានប្រើដើម្បីកាត់បន្ថយបុព្វលាភប្រចាំខែរបស់អ្នកចំនួនទឹកប្រាក់ដែលអ្នកត្រូវបង់ជារៀងរាល់ខែសម្រាប់គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

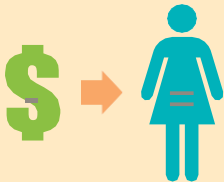
ដើម្បីដឹងថាតើអ្នកអាចទទួលបានឥណទានពន្ធ, សូមមើលគេហទំព័រ [wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org) សូមទូរស័ព្ទទៅមជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់ជំនួយដល់អភិវឌ្ឍន៍របស់យើងតាមរយៈលេខ 1-855-923-4633 ឬទាក់ទងអ្នករុករកឬឈ្មួញកណ្តាលក្នុងតំបន់របស់អ្នក។



## របៀបដំណើរការ >

Marcela ជាមនុស្សពេញវ័យដែលគ្មានការធានារ៉ាប់រងនិងនៅលីវ។ ដុល្លារនាងរកប្រាក់បាន \$25,000 ក្នុងមួយឆ្នាំ (ប្រហែល \$2,000 ក្នុងមួយខែ)។ ប្រាក់ចំណូលរបស់ម៉ាស្កាឡាធ្វើឱ្យនាងអាចទទួលបានជំនួយហិរញ្ញវត្ថុនិងហៅថាឥណទានពន្ធ។ ជំនួយនេះ ធ្វើឱ្យការបង់បុព្វលាភរបស់ Marcela ចំណាយតិច។

ទំនាក់ទំនង *Washington Healthplanfinder* សម្រាប់លេខពិគ្រោះការ



តម្លៃបុព្វលាភ      ពន្ធលើប្រាក់ចំណេញមុន      ការបង់ប្រាក់ទាបជាងប្រចាំខែ

# សហធានារ៉ាប់រង

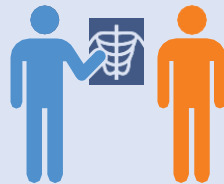
សហធានារ៉ាប់រងគឺជាចំណែករបស់អ្នកនៃថ្លៃសេវាថែទាំសុខភាពដែលគ្របដណ្តប់។ អ្នកចាប់ផ្តើមបង់ថ្លៃសហធានារ៉ាប់រង បន្ទាប់ពីអ្នកបានចំណាយលើគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

សហធានារ៉ាប់រង គឺជាវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីដែលអ្នកនឹងចែករំលែកការចំណាយនៃការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកជាមួយគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។



## របៀបដំណើរការ

James បានបង់គម្រោងសុខភាពរបស់គាត់ដែលអាចកាត់ចេញបាន។ គាត់ទទួលបានវិក្កយបត្រ \$500 សម្រាប់ការពិនិត្យសុខភាព។ គម្រោងសុខភាពរបស់គាត់នឹងបង់ 80% នៃវិក្កយបត្រ \$400 ដុំរៀង។ ជាផ្នែកមួយនៃការធានារ៉ាប់រងសហគរណ៍របស់លោក James នឹងបង់ 20% នៃវិក្កយបត្រ \$100។



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

សហធានារ៉ាប់រង

គិតលុយសរុប

JAMES ជំពាក់

ចំនួនទឹកប្រាក់នៃការធានារ៉ាប់រងខុសគ្នាតាមគម្រោងសុខភាព។

# ▶ បុព្វលាភ

បុព្វលាភរបស់អ្នកគឺជាចំនួនទឹកប្រាក់ដែលអ្នកត្រូវបង់ជារៀងរាល់ខែសំរាប់គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។ អ្នកត្រូវតែបង់បុព្វលាភរ៉ាប់រងសូម្បីតែប្រសិនបើអ្នកមិនទទួលបានសេវាកម្មថែទាំសុខភាពក៏ដោយ។

ទាក់ទងក្រុមហ៊ុនផ្តល់សេវាធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់អ្នកជាមួយនឹងសំណួរបង់ប្រាក់ណាមួយ។



## របៀបដំណើរការ >

ដូចគ្នានឹងវិក្កយបត្រអគ្គិសនី និងទូរស័ព្ទដែរ, Jean បង់ថ្លៃធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់គាត់រាល់ខែ។ ដើម្បីប្រាកដថាការបង់ប្រាក់របស់នាងបានទទួលតាមពេលវេលាJean ធ្វើប្រាក់ខែឱ្យនាងពីរបីថ្ងៃមុនឬបង់លុយតាមអ៊ិនធឺណិតដើម្បីឱ្យគម្រោងសុខភាពរបស់នាងសកម្ម។



ទុកពេលវេលាសម្រាប់ការបង់ប្រាក់តាមសំបុត្រ

# ▶ ប្រាក់ចេញពីហោប៉ៅ

ការចំណាយដែលអ្នកត្រូវបង់  
ដែលមិនបានបង់ដោយ  
គម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

ការចំណាយក្រៅហោប៉ៅរួមមានការកាត់  
ចេញការធានារ៉ាប់រង និងការចំណាយសម្រាប់  
បំណែងសេវាមានធានារ៉ាប់រង  
បូកនឹងការចំណាយទាំងអស់សម្រាប់  
សេវាកម្មដែលមិនមាននៅក្នុងគម្រោង  
សុខភាពរបស់អ្នក។



ការចំណាយពីហោប៉ៅសម្រាប់ឆ្នាំ 2015 អាចមិនលើសពី \$6,600  
សម្រាប់គម្រោងបុគ្គលនិង \$13,200 សម្រាប់គម្រោងគ្រួសារ  
បើទិញនៅទីផ្សារ។

## របៀបដំណើរការ >

Shirley មានកូនពីរនាក់។ នាងបង់ប្រាក់ \$20  
ដុល្លាររាល់សប្តាហ៍ប្រាក់រាល់ពេលដែលនាង ឬកូនៗ  
ទទួលបានការធ្វើការពិនិត្យជាទៀងទាត់របស់វេជ្ជបណ្ឌិត។  
ក្នុងនាមជាគ្រូបង្រៀនសាលាពួកគេនឹងត្រូវទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតចំនួន 15  
នាក់នៅឆ្នាំនេះ។ Shirley ចំណាយអស់ហោប៉ៅសម្រាប់សប្តាហ៍ប្រាក់គឺ  
\$300ក្នុងឆ្នាំនេះ។

ចំនួនប៉ាន់ស្មានសូមទូរស័ព្ទទៅគម្រោងសុខភាពដាក់លក់របស់អ្នកដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែម។



$$\begin{array}{ccccccc}
 \$20 & \times & 15 & = & \$300 \\
 \text{ក្នុងការពិនិត្យម្តង} & & \text{ការពិនិត្យ} & & \text{ឆ្នាំ}
 \end{array}$$



# ▶ បណ្តាញ

**ក្នុងបណ្តាញ:**

វេជ្ជបណ្ឌិតនិងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀតត្រូវបានយល់ព្រមដោយគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក។

**ក្រៅបណ្តាញ:**

វេជ្ជបណ្ឌិតនិងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពផ្សេងទៀតមិនត្រូវបានយល់ព្រមដោយគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នកទេ។

អ្នកនឹងចំណាយកាន់តែច្រើនសម្រាប់សេវាកម្មពីអ្នកផ្តល់សេវាក្រៅបណ្តាញ។



**របៀបដំណើរ >**

Laura ចង់ជួបអ្នកប្រឹក្សាផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត។ នាងរកឃើញមួយនៅក្បែរផ្ទះរបស់នាង។ មុនពេលកំណត់ពេលវេលាទស្សនា នាងបានធ្វើឱ្យប្រាកដថាអ្នកផ្តល់សេវាគឺស្ថិតនៅក្នុងបណ្តាញសម្រាប់គម្រោងសុខភាពរបស់នាង។ វានឹងត្រូវចំណាយច្រើនទៀតប្រសិនបើនាងជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាក្រៅបណ្តាញ។



សូមថា អ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នកមានការងារធ្វើមុនពេលប្រមូលយកទិន្នន័យ

# ▶ សហបង់ប្រាក់

សហបង់ប្រាក់ជាចំនួនថេរដែលអ្នកត្រូវ  
បង់សម្រាប់សេវាកម្មថែទាំសុខភាព។  
សេវាកម្មដូចជាការទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតទៀង  
ទាត់ឬការបំពេញវេជ្ជបញ្ជាជាធម្មតានឹង  
មានសហបង់ប្រាក់។

សហបង់ប្រាក់របស់អ្នកត្រូវដល់ពេល ដែល  
លអ្នកទទួលសេវាកម្ម។



## របៀបដំណើរការ >

Thomas មានជំងឺលើសឈាមហើយទៅជួបអ្នកផ្តល់សេវាបម្រុងរបស់គាត់រៀងរាល់  
3 ខែម្តង។ គម្រោងសុខភាពរបស់គាត់ទាមទារ សម្រាប់សហបង់ប្រាក់ \$20  
សម្រាប់ការមកជួបវេជ្ជបណ្ឌិត។ Thomas បង់ប្រាក់សម្រាប់សហបង់ប្រាក់  
ដើម្បីការពិនិត្យជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតសម្រាប់ការព្យាបាលថែទាំ  
ចំនួននៃសហបង់ប្រាក់ ខុសគ្នាទៅតាមគម្រោងសុខភាព។



# សេវាបង្ការ

សេវាកម្មថែទាំសុខភាពដូចជាការពិនិត្យសុខភាពប្រចាំឆ្នាំនិងការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគដែលត្រូវបានបង់ដោយគម្រោងធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់អ្នកដោយចំណាយតិចតួចឬមិនគិតថ្លៃសម្រាប់អ្នក។ សេវាកម្មទាំងនេះត្រូវបានគ្របដណ្តប់តែនៅពេលដែលពួកគេត្រូវបានផ្តល់ឱ្យដោយអ្នកផ្តល់សេវាបណ្តាញប៉ុណ្ណោះ។



## របៀបដំណើរការ

Taylor ចង់មានសុខភាពល្អ ដូច្នេះពួកគេត្រូវពិនិត្យសុខភាព និងចាក់ថ្នាំផ្តាសាយរៀងរាល់ឆ្នាំ។ Taylor ចូលចិត្តដែល គម្រោងសុខភាពរបស់ពួកគេចំណាយសម្រាប់សេវាកម្មដែលការពារពួកគេពីជំងឺ។



សេវាកម្មមានប្រសិទ្ធភាពជួយអ្នកឱ្យមានសុខភាពល្អ

# អត្ថប្រយោជន៍សុខភាព ៣ ចាំបាច់

សំណុំសេវាថែទាំសុខភាពចំនួន 10 ដែលគម្រោង ទាំងអស់ ត្រូវតែមាន។ អត្ថប្រយោជន៍ខ្លះគឺគត់គឹក ផ្លូវ។ អ្នកខ្លះអាចមានការបង់ការរួមនិងការធានារ៉ាប់រង។

1. វេជ្ជបណ្ឌិតមកពិនិត្យនិងសម្រាកនៅមន្ទីរពេទ្យ
2. ការធ្វើដំណើរទៅបន្ទប់សង្គ្រោះបន្ទាន់
3. យកចិត្តទុកដាក់មុននិងក្រោយពេលទារកកើត
4. សេវាកម្មព្យាបាលសុខភាពផ្លូវចិត្តនិងសារធាតុ
5. ថ្នាំតាមវេជ្ជបញ្ជា



6. សេវាកម្មនិងឧបករណ៍ទៅជួយអ្នកឱ្យជាសះស្បើយបសិនបើអ្នករងរបួសឬមានពិការភាពឬមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ
7. ការធ្វើតេស្តមន្ទីរពិសោធន៍
8. សេវាកម្មបង្ការរួមមានការប្រឹក្សាការចាក់បញ្ចាំនិងការចាក់វ៉ាក់សាំង
9. ការគ្រប់គ្រងជំងឺរ៉ាំរ៉ៃដូចជា ជំងឺទឹកនោមផ្អែម ឬជំងឺហឺត
10. ការព្យាបាលថែទាំកុមារ



### របៀបដំណើរការ

ឥឡូវ គម្រោងសុខភាពទាំងអស់ ត្រូវរាប់បញ្ចូលអត្ថប្រយោជន៍ ការព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ។ សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតសូមទូរស័ព្ទ Washington Healthplanfinder at 1-855-WAFINDER (1-855-923-4633) ឬទូរស័ព្ទទៅគម្រោងសុខភាពរបស់អ្នក



ទទួលជំនួយពីអ្នកជំនាញដែលមានភាពរូសរាយ

ការផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍ Washington Health អនុលោមតាមច្បាប់សិទ្ធិស៊ីវិលរបស់សហព័ន្ធ, និងមិនរើសអើងដោយផ្អែកលើពូជសាសន៍, ពណ៌សម្បុរ, សញ្ជាតិដើម, អាយុ, ពិការភាព, ឬភេទ។

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-855-923-4633 (TTY: 1-855-627-9604).

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-855-923-4633（TTY：1-855-627-9604）。

