

البقاء بصحة جيدة

الخدمات الوقائية في ميديكير

Medicare.gov



Medicare

نبذة عن هذا الكتيب

الخدمات الوقائية هي خدمات الرعاية الصحية التي تساعدك على الوقاية من المشكلات الصحية أو اكتشافها في مرحلة مبكرة والبقاء بصحة جيدة. يصف هذا الكتيب الخدمات الوقائية التي تغطيها خطة برنامج Medicare الأصلية. تشمل خطة برنامج Medicare الأصلية الجزء "A" (تأمين المستشفى) والجزء "B" (التأمين الطبي). تحدث إلى طبيبك أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية لمعرفة الخدمات الوقائية المناسبة لك ومدى تكرار حاجتك إليها.

المبلغ الذي ستدفعه

إذا كانت لديك تغطية الجزء "ب"، فلن تدفع شيئاً مقابل العديد من الخدمات الوقائية إذا حصلت عليها من طبيب أو مقدم رعاية صحية مؤهل آخر يقبل التكليف. التكليف هو اتفاق يعني قبول طبيبك أو مقدم الخدمة أو المورد للمبلغ الذي يدفعه إليه برنامج Medicare مباشرة، أي قبول المبلغ الذي يوافق عليه برنامج Medicare مقابل الخدمة، وعدم إصدار فاتورة لك بأكثر من قيمة مبلغ المقتطع الذي يحصله منك برنامج Medicare وأي مبالغ مشاركة تأميني أو مبلغ مشاركة في السداد محل انطباق.

إذا كانت لديك خطة ميزات Medicare أو خطة صحية أخرى من Medicare، فقد لا تفرض بعض الخطط مبالغ مقتطعة أو مبالغ مشاركة في السداد أو مبالغ مشاركة تأمينية عن بعض الخدمات الوقائية التي يتم الحصول عليها من داخل الشبكة التي يغطيها برنامج Medicare. اتصل بمسؤول خطتك أو المزايا مباشرة لمعرفة المزيد عن تكاليفك وتغطيتك للخدمات الوقائية. يمكنك عادة العثور على معلومات الاتصال الخاصة بخطتك على بطاقة عضوية خطتك. للمزيد من المعلومات حول خطط Medicare الصحية، تفضل بزيارة [Medicare.gov/health-drug-plans/health-plans](https://www.Medicare.gov/health-drug-plans/health-plans).



الخدمات الوقائية التي يغطيها برنامج Medicare

يسرد هذا القسم الخدمات الوقائية التي يغطيها برنامج Medicare بالترتيب الأبجدي.

لمعرفة ما إذا كان برنامج Medicare يغطي خدمة أو فحص للرجال أو النساء أو الرجال والنساء على حد سواء، ابحث عن أحد هذه الرموز بجوار كل خدمة وقائية:

الرجال والنساء



النساء فقط



الرجال فقط



فحوصات تمدد الأوعية الدموية الأبهرية البطنية



تتحقق فحوصات تمدد الأوعية الدموية الأبهرية البطنية من تمدد الأوعية الدموية (الانتفاخات في الأوعية الدموية) في منطقة البطن. يغطي برنامج Medicare فحص تمدد الأوعية الدموية الأبهرية البطنية بالموجات فوق الصوتية مرة واحدة في حياتك إذا كنت معرضًا للخطر وحصلت على إحالة من طبيبك أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية. أنت تعتبر معرضًا للخطر إذا كان لديك تاريخ عائلي من تمدد الأوعية الدموية الأبهرية البطنية، أو إذا كنت رجلاً يتراوح عمرك بين 65 و 75 عامًا وقمت بتدخين ما لا يقل عن 100 سيجارة في حياتك.

فحوصات إساءة استخدام الكحول والاستشارات



تتضمن فحوصات إساءة استخدام الكحول أسئلة حول تعاطي الكحول. يغطي برنامج Medicare فحصًا واحدًا لإساءة استخدام الكحول كل عام للبالغين الذين يتناولون الكحول، لكنهم لا يستوفون المعايير الطبية لإدمان الكحول. إذا قرر طبيب الرعاية الأولية أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية أنك تسيء استخدام الكحول، فيمكنك الحصول على ما يصل إلى 4 جلسات استشارة قصيرة وجهاً لوجه كل عام (إذا كنت واعيًا ومتيقظًا أثناء الاستشارة). يجب أن تحصل على الاستشارة في بيئة الرعاية الأولية (مثل عيادة الطبيب).

قياسات كتلة العظام



يمكن أن تساعد قياسات كتلة العظام في معرفة ما إذا كنت معرضًا لخطر الإصابة بكسور في العظام. يغطي برنامج Medicare هذه الفحوصات مرة كل 24 شهرًا (أو في كثير من الأحيان، إذا لزم الأمر من الناحية الطبية) لبعض الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بهشاشة العظام.

العلاج السلوكي القلبي الوعائي



يساعد العلاج السلوكي القلبي الوعائي على تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية (الحالات التي تؤثر على القلب والأوعية الدموية). يغطي برنامج Medicare زيارة واحدة للعلاج السلوكي القلبي الوعائي كل عام مع طبيب الرعاية الأولية أو ممارس رعاية أولية آخر في بيئة الرعاية الأولية (مثل العيادة). أثناء العلاج ، قد يناقش ممارس الرعاية الأولية استخدام الأسبرين ، وفحص ضغط الدم ، ويقدم لك نصائح حول النظام الغذائي وممارسة الرياضة.

فحوصات أمراض القلب والأوعية الدموية



تتحقق فحوصات أمراض القلب والأوعية الدموية من وجود مشكلات في القلب والأوعية الدموية، وتكتشف ما إذا كنت معرضًا لخطر الإصابة بأمراض القلب. يغطي برنامج Medicare هذه الفحوصات مرة كل 5 سنوات. تشمل الفحوصات فحوصات مستويات الكوليسترول والدهون الثلاثية في الدم والتي تساعد في اكتشاف الحالات التي قد تؤدي إلى نوبة قلبية أو سكتة دماغية.

فحوصات سرطان عنق الرحم والمهبل



يغطي برنامج Medicare فحوصات عنق الرحم والحوض للتحقق من عدم وجود إصابة بسرطان عنق الرحم والمهبل. وكجزء من فحص الحوض، يغطي برنامج Medicare أيضًا فحصًا سريريًا للثدي للتحقق من عدم وجود إصابة بسرطان الثدي. يمكن لمعظم النساء اللاتي لديهن تغطية برنامج Medicare الحصول على هذه الفحوصات مرة كل 24 شهرًا. إذا كنت معرضة لخطر الإصابة بسرطان عنق الرحم أو المهبل، أو إذا كنت في سن الإنجاب وكانت نتيجة فحص عنق الرحم غير طبيعية في الأشهر الـ 36 الماضية، فيمكنك حينئذ إجراء هذه الفحوصات مرة كل 12 شهرًا. يغطي برنامج Medicare أيضًا فحوصات فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) (كجزء من فحوصات عنق الرحم) مرة كل 5 سنوات إذا كان عمرك بين 30-65 عامًا وليس لديك أعراض فيروس الورم الحليمي البشري.

فحوصات سرطان القولون والمستقيم



تساعد فحوصات سرطان القولون والمستقيم في اكتشاف الأورام الحميدة محتملة التسرطن (أورام في القولون) أو اكتشاف سرطان القولون والمستقيم مبكرًا، عندما يكون العلاج أكثر فعالية. إذا كان عمرك 45 عامًا أو أكثر، أو كنت معرضًا لخطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، فإن Medicare يغطي واحدًا أو أكثر من هذه الفحوصات:

- تنظير القولون
 - اختبارات المؤشرات الحيوية القائمة على الدم
 - تصوير القولون بالأشعة المقطعية (CT)
 - فحوصات الدم الخفي في البراز
 - التنظير السيني المرن
 - فحوصات الحمض النووي بالبراز متعددة الأهداف
- يعتمد عدد المرات التي يدفع فيها برنامج Medicare مقابل هذه الفحوصات على الفحص ومستوى خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.

استشارة الوقاية من استخدام التبغ والأمراض التي يسببها التبغ



يغطي برنامج Medicare الاستشارات التي تساعد الأشخاص على الإقلاع عن التدخين أو استخدام التبغ. يمكنك الحصول على ما يصل إلى 8 جلسات استشارية في فترة 12 شهرًا إذا كنت تستخدم التبغ.

لقاحات كوفيد-19



تساعد هذه اللقاحات في تقليل فرصة الإصابة بمرض كوفيد-19 من خلال العمل مع دفاعات الجسم الطبيعية لتطوير مناعة (حماية) ضد الفيروس بأمان. يغطي برنامج Medicare لقاحات كوفيد-19 المعتمدة والمصادق عليها من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية لجميع الأشخاص الذين لديهم تغطية من برنامج Medicare.

فحوصات الاكتئاب



يغطي برنامج Medicare فحصًا واحدًا للاكتئاب كل عام لجميع الأشخاص الذين لديهم تغطية من برنامج Medicare. أثناء الفحص، سيشرح عليك طبيبك أو أي مقدم رعاية صحية آخر سلسلة من الأسئلة لمعرفة ما إذا كنت مصابًا بالاكتئاب. يجب أن تخضع للفحص في بيئة رعاية أولية (مثل عيادة الطبيب) حيث يمكنك الحصول على علاج متابعة و/أو إحالات إلى مقدم رعاية الصحة العقلية.

إذا كنت أنت أو أي شخص تعرفه يعاني أو في أزمة، فاتصل على أو أرسل رسالة نصية إلى 988، خط إنقاذ الحياة المجاني والسري لحالات الانتحار والأزمات. يمكنك الاتصال والتحدث إلى مستشار أزمات مدرب على مدار 24 ساعة في اليوم، 7 أيام في الأسبوع. يمكنك أيضًا التواصل مع مستشار من خلال الدردشة عبر الإنترنت على [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org). اتصل برقم 911 إذا كنت تعاني من أزمة طبية فورية.

فحوصات مرض السكري



يغطي برنامج Medicare فحوصات الاختبارات المعملية لجلوكوز الدم (السكر) (الصائم أو غير الصائم) إذا قرر طبيبك أو غيره من مقدمي خدمات الرعاية الصحية أنك معرض لخطر الإصابة بمرض السكري. أنت تعتبر معرضاً للخطر إذا كنت مصاباً بارتفاع ضغط الدم أو كان لديك تاريخ من مستويات الكوليسترول والدهون الثلاثية غير الطبيعية أو السمنة أو تاريخ من ارتفاع نسبة السكر في الدم.

قد تكون أيضاً معرضاً للخطر إذا كان 2 أو أكثر من هذه الشروط تنطبق عليك:

- عمرك 65 عاماً أو أكثر
- تعاني من زيادة في الوزن
- لديك تاريخ عائلي للإصابة بمرض السكري (الوالدان أو الأشقاء)
- لديك تاريخ من الإصابة بسكري الحمل (داء السكري أثناء الحمل) أو ولادة طفل يزيد وزنه عن 9 أرطال

التدريب على الإدارة الذاتية لمرض السكري



إذا تم تشخيصك بالإصابة بمرض السكري، فإن برنامج Medicare يغطي التدريب على الإدارة الذاتية لمرض السكري في العيادات الخارجية لمساعدتك في إدارة مرضك. قد يتضمن برنامجك نصائح حول تناول الطعام الصحي وممارسة الأنشطة، ومراقبة نسبة الجلوكوز في الدم (السكر)، وتناول الأدوية الموصوفة، وتقليل المخاطر. للحصول على هذا التدريب، يجب أن يكون لديك أمر مكتوب من طبيبك أو مقدم رعاية صحية آخر.

لقاحات الإنفلونزا



يمكن أن تمنعك لقاحات الإنفلونزا من الإصابة بفيروسات الإنفلونزا الموسمية (الإنفلونزا) خلال فصلي الخريف والشتاء. عادةً ما يغطي برنامج Medicare هذه اللقاحات مرة واحدة في كل موسم إنفلونزا.

فحوصات الجلوكوما



تتحقق فحوصات الجلوكوما دون ألم من الرؤية وصحة العصب البصري للبحث عن علامات مرض العين الجلوكوما. يغطي برنامج Medicare هذا الفحص مرة كل 12 شهراً إذا كنت معرضاً لخطر الإصابة بالجلوكوما.

لقاحات التهاب الكبد الوبائي B



تساعد لقاحات التهاب الكبد الوبائي B (اللقاحات) على الحماية من فيروس التهاب الكبد الوبائي B (HBV). يغطي برنامج Medicare هذه اللقاحات إذا كنت تستوفي شرطاً واحداً على الأقل من هذه الشروط: لم تحصل مطلقاً على سلسلة كاملة من لقاح التهاب الكبد الوبائي B، أو لا تعرف تاريخ التطعيم الخاص بك، أو لديك حالة أو وضع آخر يعرضك لخطر متوسط أو مرتفع للإصابة بالتهاب الكبد الوبائي B.

فحوصات العدوى بفيروس التهاب الكبد الوبائي B (HBV)



تساعدك فحوصات عدوى فيروس التهاب الكبد الوبائي B في معرفة ما إذا كنت مصاباً بفيروس التهاب الكبد الوبائي B. يغطي برنامج Medicare هذه الفحوصات إذا طلب الطبيب أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية إجراء فحص، وكنت إما معرضاً لخطر الإصابة بعدوى فيروس التهاب الكبد الوبائي B أو كنت حاملاً. يغطي برنامج Medicare هذا الفحص كل عام إذا كنت معرضاً لخطر كبير بشكل مستمر ولا تحصل على لقاح التهاب الكبد الوبائي B. إذا كنت حاملاً، فإن Medicare يغطي هذا الفحص في الأوقات التالية، حتى إذا كنت قد تلقيت لقاح التهاب الكبد الوبائي B سابقاً أو كانت لديك نتائج سلبية لفحص HBV: زيارتك الأولى قبل الولادة وفي وقت الولادة (إذا كان لديك عامل خطر جديد أو مستمر للإصابة بعدوى HBV).



فحوصات فيروس التهاب الكبد الوبائي C

تساعدك هذه الفحوصات في معرفة ما إذا كنت مصابًا بفيروس التهاب الكبد الوبائي C. يغطي برنامج Medicare فحوصات التهاب الكبد الوبائي C إذا طلب طبيب الرعاية الأولية أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية فحصًا، واستوفيت شروطًا معينة. يدفع Medicare مقابل فحص فيروس التهاب الكبد الوبائي C:

- سنويًا، إذا كنت معرضًا لخطر كبير لأنك واصلت حقن مخدرات غير مشروعة منذ اختبار فحص التهاب الكبد الوبائي C السلبي السابق.
- مرة واحدة، إذا كنت معرضًا لخطر كبير للأسباب التالية:
- خضعت لنقل دم قبل عام 1992.
- حقنت مخدرات غير مشروعة في الماضي.
- مرة واحدة، إذا كنت قد ولدت بين 1945-1965 ولا تعتبر معرضًا لخطورة كبيرة.



فحوصات فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)

HIV تتحقق فحوصات فيروس نقص المناعة البشرية مما إذا كنت مصابًا بفيروس نقص المناعة البشرية. يغطي برنامج Medicare فحوصات فيروس نقص المناعة البشرية مرة واحدة كل عام إذا كان عمرك بين 15-65 عامًا، أو إذا كنت أقل من 15 عامًا أو أكبر من 65 عامًا ومعرضًا لخطر متزايد للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية. إذا كنت حاملًا، فإن Medicare يغطي الفحص حتى 3 مرات أثناء الحمل.



فحوصات سرطان الرئة

تتحقق فحوصات سرطان الرئة من العلامات المبكرة لسرطان الرئة لدى البالغين المعرضين لخطر الإصابة بالمرض. يغطي Medicare هذه الفحوصات بالأشعة المقطعية منخفضة الجرعة (المعروفة أيضًا باسم "التصوير المقطعي المحوسب") مرة واحدة كل عام إذا كنت تستوفي جميع الشروط التالية:

- عمرك بين 50 و 77.
- ليس لديك علامات أو أعراض لسرطان الرئة (لا تظهر عليك أعراض).
- لديك تاريخ من تدخين التبغ لا يقل عن 20 "سنة من تدخين علبة واحدة بنها 20 سيجارة في اليوم" (أي بمتوسط علبة واحدة (20 سيجارة) يوميًا لمدة 20 عامًا).
- أنت إما مدخن حالي، أو أقلعت عن التدخين خلال الـ 15 عامًا الماضية.
- تلقيت طلبًا من طبيبك أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية.



التصوير الشعاعي للثدي

يتم استخدام التصوير الشعاعي للثدي للكشف عن سرطان الثدي. تُعد كل امرأة معرضة للخطر، ويزداد هذا الخطر مع تقدمها في العمر. يغطي برنامج Medicare فحص التصوير الشعاعي للثدي مرة كل 12 شهرًا للنساء اللواتي يبلغن من العمر 40 عامًا أو أكبر. يغطي برنامج Medicare التصوير الشعاعي التشخيصي للثدي بشكل متكرر أكثر من مرة في السنة، إذا لزم الأمر من الناحية الطبية. إذا كنت امرأة يتراوح عمرك بين 35 و 39 عامًا، فإن Medicare يغطي أيضًا التصوير الشعاعي للثدي الأساسي في حياتك.

خدمات العلاج الغذائي الطبي



يغطي برنامج Medicare خدمات العلاج الغذائي الطبي إذا كنت مصابًا بمرض السكري أو أمراض الكلى، أو إذا كنت قد خضعت لعملية زرع كلى في آخر 36 شهرًا. يجب على الطبيب إحالتك للحصول على الخدمات. قد تشمل الخدمات التي تحصل عليها ما يلي:

- تقييم أولي للتغذية ونمط الحياة
- خدمات العلاج الغذائي الفردي و/أو الجماعي
- المساعدة في إدارة عوامل نمط الحياة التي تؤثر على مرض السكري
- زيارات المتابعة للتحقق من تقدمك

برنامج الوقاية من مرض السكري من Medicare



إذا كنت مصابًا بمرحلة ما قبل السكري واستوفيت المعايير الأخرى، فإن Medicare يغطي برنامج تغيير السلوك الصحي لمساعدتك في الوقاية من مرض السكري من النوع 2. يمكنك المشاركة في برنامج الوقاية من مرض السكري الذي يوفره Medicare مرة واحدة في حياتك. يبدأ البرنامج بـ 16 جلسة أساسية أسبوعية يتم تقديمها في إطار جماعي على مدى ستة أشهر. بمجرد الانتهاء من الجلسات الأساسية، ستحصل على 6 جلسات متابعة شهرية لمساعدتك في الحفاظ على عادات صحية.

العلاج السلوكي للسمنة



يتضمن العلاج السلوكي للسمنة فحصًا أوليًا لمؤشر كتلة الجسم (BMI) وجلسات العلاج السلوكي التي تتضمن تقييمًا غذائيًا واستشارة لمساعدتك على إنقاص الوزن من خلال التركيز على النظام الغذائي والتمارين الرياضية. يغطي برنامج Medicare فحوصات السمنة والاستشارات السلوكية إذا كان مؤشر كتلة الجسم لديك 30 أو أكثر. يجب أن يقدم طبيب الرعاية الأولية أو ممارس الرعاية الأولية الآخر الاستشارة في بيئة الرعاية الأولية (مثل عيادة الطبيب)، حيث يمكنه تنسيق خطتك الشخصية مع رعايتك الأخرى.

لقاح المكورات الرئوية



يغطي برنامج Medicare لقاح المكورات الرئوية (أو اللقاحات) للمساعدة في حمايتك من السلالات المختلفة من البكتيريا المسببة للالتهاب الرئوي. تحدث إلى طبيبك أو غيره من مقدمي الرعاية الصحية لتحديد اللقاحات المناسبة لك.

لقاح الوقاية قبل التعرض (PrEP) لفيروس نقص المناعة البشرية



يستخدم لقاح الوقاية قبل التعرض PrEP الأدوية المضادة للفيروسات القهقرية لتقليل خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV). إذا لم تكن مصابًا بفيروس نقص المناعة البشرية، ولكن طبيبك أو مقدم رعاية آخر قرر أنك معرض لخطر متزايد للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، فإن Medicare يغطي أدوية الوقاية قبل التعرض الفموية أو القابلة للحقن المعتمدة من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية، بالإضافة إلى خدمات الاستشارة وفحوصات فيروس نقص المناعة البشرية وفحص فيروس التهاب الكبد الوبائي B لمرة واحدة.

الزيارات الوقائية



زيارة وقائية لمرة واحدة “مرحبًا بكم في Medicare” — يغطي برنامج Medicare هذه الزيارة خلال أول 12 شهرًا لديك من خطة الجزء “B”. أثناء الزيارة، ستتحدث أنت وطبيبك أو مقدم رعاية صحية آخر عن أمور مثل تاريخك الطبي والاجتماعي المتعلق بصحتك، والتنظيف والاستشارة المتعلقة بالخدمات الوقائية (مثل الفحوصات والتطعيمات أو اللقاحات)، والإحالات إلى رعاية أخرى قد تحتاجها، وعوامل الخطر المحتملة لإضطراب استخدام المواد المخدرة. الزيارة الوقائية “مرحبًا بكم في Medicare” ليست فحصًا بدنيًا.

زيارة “العافية” السنوية — يغطي Medicare هذه الزيارة السنوية إذا كان لديك تغطية الجزء “B” لمدة تزيد عن 12 شهرًا. يمكنك الحصول على هذه الزيارة لتطوير أو تحديث خطتك الشخصية للمساعدة في الوقاية من المرض والإعاقة، بناءً على حالة صحتك الحالية وعوامل الخطر. يغطي Medicare هذه الزيارة مرة كل 12 شهرًا. زيارة “العافية” السنوية ليست فحصًا بدنيًا.

فحوصات سرطان البروستاتا



تتحقق هذه الفحوصات من سرطان البروستاتا. يغطي برنامج Medicare فحوصات المستقيم الرقمية واختبارات الدم الخاصة بمستئضد البروستاتا (PSA) مرة كل 12 شهرًا للرجال الذين تزيد أعمارهم عن 50 عامًا (بدءًا من اليوم التالي لعيد ميلادك الخمسين).

فحوصات واستشارات الأمراض المنقولة جنسيًا



يغطي برنامج Medicare فحوصات العدوى المنقولة جنسيًا للكلاميديا و/أو السيلان و/أو الزهري و/أو التهاب الكبد الوبائي B إذا كنت حاملاً أو معرضة لخطر متزايد للإصابة بعدوى منقولة جنسيًا. يغطي برنامج Medicare هذه الفحوصات مرة كل 12 شهرًا، أو في أوقات معينة أثناء الحمل. يغطي برنامج Medicare أيضًا ما يصل إلى جلستين للاستشارة السلوكية وجهاً لوجه كل عام إذا كنت بالغًا نشطًا جنسيًا ومعرضًا لخطر متزايد للإصابة بهذه العدوى. يجب أن يطلب مقدم الرعاية الصحية الخاص بك الفحص أو يحيلك إلى الاستشارة السلوكية. سيغطي Medicare هذه الجلسات فقط مع مقدم الخدمة في بيئة الرعاية الأولية (مثل عيادة الطبيب). لن يغطي Medicare الاستشارة كخدمة وقائية في بيئة المرضى الداخليين (مثل منشأة التمريض الماهر).

للمزيد من المعلومات

يمكنك معرفة المزيد حول الخدمات الوقائية في Medicare من خلال زيارة [Medicare.gov/coverage/preventive-screening-services](https://www.medicare.gov/coverage/preventive-screening-services). يمكنك أيضًا الاتصال بالرقم 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). يمكن لمستخدمي الهاتف النصي الاتصال بالرقم 1-877-486-2048.

يمكنك أيضًا تسجيل الدخول إلى (أو إنشاء) حساب Medicare الآمن الخاص بك على [Medicare.gov](https://www.Medicare.gov) حيث يمكنك العثور على قائمة بالخدمات الوقائية التي أنت مؤهل للحصول عليها ضمن خطة Medicare الأصلية. من خلال حسابك، يمكنك أيضًا الحصول على معلومات Medicare الشخصية الأخرى، وعرض مطالبات Medicare الخاصة بك، وطباعة نسخة من بطاقة Medicare الرسمية الخاصة بك، ودفع أقساط Medicare الخاصة بك إذا تلقيت فاتورة من Medicare، والمزيد.

الاتصالات التي يمكن الوصول إليها

يوفر Medicare مساعدات وخدمات مساعدة مجانية، بما في ذلك المعلومات بتنسيقات يمكن الوصول إليها مثل طريقة برايل، الطباعة الكبيرة، ملفات البيانات أو الصوت، خدمات الترحيل واتصالات الهواتف النصية. إذا طلبت معلومات بتنسيق يسهل الوصول إليه ، فلن تكون محروما من أي وقت إضافي ضروري لتقديمها. هذا يعني أنك ستحصل على وقت إضافي لاتخاذ أي إجراء إذا كان هناك تأخير في تلبية طلبك.

لطلب معلومات Medicare أو Marketplace بتنسيق يمكن الوصول إليه، يمكنك:

1. اتصل بنا:

برنامج Medicare: (1-800-633-4227) 1-800-Medicare
الهاتف النصي: 1-877-486-2048
برنامج Marketplace: 1-800-318-2596
الهاتف النصي: 1-855-889-4325

2. راسلنا عبر البريد الإلكتروني: altformatrequest@cms.hhs.gov

3. أرسل إلينا فاكس: 1-844-530-3676

4. أرسل إلينا رسالة:

Centers for Medicare & Medicaid Services
Offices of Hearings and Inquiries (OHI)
7500 Security Boulevard, Mail Stop DO-01-20
Baltimore, MD 21244-1850
Attn: Customer Accessibility Resource Staff (CARS)

يجب أن يتضمن طلبك اسمك ورقم هاتفك ونوع المعلومات التي تحتاجها (إذا كانت معروفة) والعنوان البريدي الذي يجب أن نرسل إليه المواد. قد نتصل بك للحصول على معلومات إضافية.

ملاحظة: إذا كنت مسجلا في خطة ميزات Advantage أو خطة أدوية Medicare، فاتصل بمزود خطتك لطلب معلوماتها بتنسيق يسهل الوصول إليه. بالنسبة لبرنامج Medicaid، اتصل بمكتب Medicaid في ولايتك أو مكتب Medicaid المحلي.

إشعار عدم التمييز

لا تستبعد مراكز خدمات برنامجي Medicare و Medicaid (CMS) أو تحرم من المزايا أو تميز ضد أي شخص على أساس العرق أو اللون أو الأصل القومي أو الإعاقة أو الجنس أو العمر في القبول أو المشاركة أو تلقي الخدمات والمزايا بموجب أي من برامجها وأنشطتها ، سواء كان يتم تنفيذها بواسطة CMS مباشرة أو من خلال متعهد أو أي كيان آخر ترتب معه CMS لتنفيذ برامجها وأنشطتها.

يمكنك الاتصال بنظام إدارة المحتوى بأي من الطرق المضمنة في هذا الإشعار إذا كانت لديك أية مخاوف بشأن الحصول على معلومات بتنسيق سهل الاستخدام.

يمكنك أيضا تقديم شكوى إذا كنت تعتقد أنك تعرضت للتمييز في أي من برامج أو أنشطة CMS، بما في ذلك مواجهة مشكلات في الحصول على المعلومات بتنسيق سهل الاستخدام من خطة ميزات Medicare أو خطة أدوية Medicare أو مكتب Medicaid للولاية أو المكتب المحلي أو الخطط الصحية المؤهلة من سوق التأمين الصحي Marketplace. هناك 3 طرق لتقديم شكوى إلى مكتب الحقوق المدنية التابع لوزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية:

1. عبر الإنترنت:

hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/complaint-process/index.html

2. عبر الهاتف:

اتصل بالرقم 1-800-368-1019.

يمكن لمستخدمي الهاتف النصي الاتصال بالرقم 1-800-537-7697.

3. البريد: أرسل معلومات حول شكواك إلى:

Office for Civil Rights
U.S. Department of Health & Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201

**U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Medicare & Medicaid Services**

7500 Security Blvd.
Baltimore, MD 21244-1850

الأعمال الرسمية
غرامة الاستخدام الشخصي الخاص، \$300



Medicare

تصف المعلومات الواردة في هذا الكتيب برنامج Medicare في وقت طباعة هذا الكتيب. قد تحدث تغييرات بعد الطباعة. قم بزيارة **Medicare.gov**، أو اتصل بالرقم (1-800-633-4227) 1-800-Medicare للحصول على أحدث المعلومات. يمكن لمستخدمي الهاتف النصي الاتصال بالرقم 1-877-486-2048.

”البقاء بصحة جيدة“ ليست وثيقة قانونية. يتم تضمين الإرشادات القانونية الرسمية لبرنامج Medicare في القوانين واللوائح والأحكام ذات الصلة.

This product was produced at U.S. taxpayer expense.