အချက်အလက် အနှစ်ချုပ်

အနှစ်ချုပ် အချက်အလက်များ

# မိသားစု သွားကုသမှု အာမခံ

## တတ်နိုင်သည့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုကို သင် ခံစားထိုက်ပါသည်။

**NY State of Health သည် နယူးယောက်ပြည်နယ်၏ တရားဝင် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်အတွက် ဈေးကွက်တစ်ခု (Marketplace) ဖြစ်သည်။**

**ယနေ့ပင် စာရင်းသွင်းလိုက်ပါ။**

အွန်လိုင်းတွင်
[nystateofhealth.ny.gov](nystateofhealth.ny.gov)
သို့ ဆက်သွယ်နိုင်သည်

ဖုန်းဖြင့်
1-855-355-5777
သို့ ဆက်သွယ်နိုင်သည်
TTY
1-800-662-1220

လူကိုယ်တိုင် ကူညီပေးသူနှင့် ပြောဆိုလိုပါက
info.nystateofhealth.ny.gov/findassistor
သို့ သွားရောက်ပါ

NY State of Health သည် သက်ဆိုင်ရာ ဖက်ဒရယ်အရပ်သားလုပ်ပိုင်ခွင့်ဥပဒေများနှင့် နိုင်ငံတော် ဥပဒေများကို လေးစားလိုက်နာပြီး လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ ဇာတိနိုင်ငံ၊ ကိုးကွယ်မှု/ယုံကြည်မှု၊ လိင်၊ အသက်၊ အိမ်ထောင်ရေးအခြေအနေ/မိသားစု အခြေအနေ၊ ဖမ်းဆီးခံရမှု မှတ်တမ်း၊ ပြစ်မှု ကျူးလွန်ထားမှု(များ)၊ လိင် ခွဲခြားသတ်မှတ်မှု၊ လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှု၊ ပင်ကိုမျိုးရိုးဗီဇဆိုင်ရာ စရိုက်လက္ခဏာများ၊ စစ်မှုထမ်း အခြေအနေ၊ အိမ်တွင်း အကြမ်းဖက်မှုခံရမှု အခြေအနေ နှင့်/သို့မဟုတ် လက်တုံ့ပြန်မှုအပေါ် အခြေခံပြီး ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမရှိပါ။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုသည် သင်၏ အလုံးစုံ ကျန်းမာ၊ ကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်သည်။
**သို့သော် သွားကုသမှု အစီအစဉ်တွင် သင်စာရင်းမသွင်းမီ ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့် အရာများရှိပါသည်။**

## 1 ကျွန်ုပ်၏ Qualified Health Plan (QHP) တွင် မိသားစု သွားကုသမှုအတွက် အကျိုးခံစားခွင့်များ ပါဝင်ပါသလား။

- ကလေးများအပြင် လူကြီးများအတွက်ပါ အကျုံးဝင်သည့် သွားကုသမှု အစီအစဉ်ကို သင်လိုအပ်လျှင် သင် အောက်ပါတခုခုကိုလုပ်နိုင်သည် -
    - ဈေးကွက် (Marketplace) ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ရှိသွားကုသမှု အစီအစဉ် နှိုင်းယှဉ်သည့် ကိရိယာကို အသုံးပြုကာ သင်၏ကောင်တီထဲရှိမိသားစု သွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များ ပါဝင်သည့် QHP များကို ရှာဖွေပါ- [https://info.nystateofhealth.ny.gov/resource/dental-plan-comparison-tool](https://info.nystateofhealth.ny.gov/resource/dental-plan-comparison-tool) သို့မဟုတ်
    - သင်၏ QHP ထဲတွင် မပါဝင်သော သီးခြား မိသားစု သွားကုသမှု အစီအစဉ်ကို ဝယ်ပါ။[1]
- ကလေးများအတွက်သာ အကျုံးဝင်သော သွားကုသမှု အစီအဉ်အတွက် သင်သည် ကလေးသွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်ကို သင်၏ QHP မှဖြစ်စေ၊ သီးခြား ကလေးသွားကုသမှု အစီအစဉ်မှဖြစ်စေ ရရှိနိုင်သည်။[2]

## 2 မိသားစု သွားကုသမှု အစီအစဉ်တွင် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်သနည်း။

- မိသားစု သွားကုသမှု အစီအစဉ်များတွင် သီးခြားသော အာမခံ နှစ်ဆင့် ရှိပါသည် -
    1. ကလေး သွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များနှင့်
    2. လူကြီး သွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များ ဟူ၍ အာမခံ ပမာဏ နှစ်မျိုး ရှိပါသည်
- ကလေး သွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များတွင် အောက်ပါ အဓိက အမျိုးအစား လေးမျိုးပါဝင်သည်-
    1. ရောဂါကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေး/အခြေခံ
    2. ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်
    3. အကြီးစား ဆောင်ရွက်ချက်
    4. သွားနှင့် မေးရိုးများကိုညှိပေးခြင်း
- လူကြီးသွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များတွင် ဤခံစားခွင့်လေးမျိုးလုံးဖြစ်စေ၊ အချို့ဖြစ်စေ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

[1] သင်သည် သီးခြား သွားကုသမှု အစီအစဉ်တွင် စာရင်းသွင်းရန် Qualified Health Plan (QHP) တွင် စာရင်းပေးသွင်းရပါမည်။

[2] ကလေးသွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များ အကြောင်းပိုမိုသိရှိလိုပါက *NY State of Health ၏ ကလေးသွား အာမခံ အချက်အလက်အနှစ်ချုပ်တွင် ကြည့်ပါ။*

# မိသားစု သွားကုသမှု အာမခံ

## 3 မိသားစု သွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များတွင် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်ပါသနည်း။

| ဝန်ဆောင်မှု အမျိုးအစား | ဝန်ဆောင်မှု နမူနာ | ကလေးများအတွက် အကျုံးဝင်ပါသလား။ | လူကြီးများအတွက် အကျုံးဝင်ပါသလား။ |
|---|---|---|---|
| ရောဂါကာကွယ် စောင့်ရှောက်ရေး/အခြေခံ | သန့်ရှင်းခြင်း၊ ဖလူအိုရိုဒ်သုတ်ပေးခြင်းနှင့် သွားဖာပေးခြင်း | အမြဲတမ်း | ကိစ္စရပ်အများစုတွင် အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားမှု ရှိပါသည် |
| ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် | ရောဂါ စစ်ဆေးခြင်း၊ ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း၊ ရိုးရှင်းသော သွားဖာခြင်းနှင့် သွားနုတ်ခြင်း | အမြဲတမ်း | ကိစ္စရပ် အချို့တွင် အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားမှု ရှိပါသည် |
| အကြီးစား ဆောင်ရွက်ချက် | ခံတွင်းခွဲစိတ်ခြင်း၊ သွားတုစွပ်ခြင်း၊ သွားဖုံးတုစွပ်ခြင်း၊ သွားအတု အစားထိုးခြင်းနှင့် သွားအကြောနုတ်ခြင်း | အမြဲတမ်း | ကိစ္စရပ် အချို့တွင် အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားမှု ရှိပါသည် |
| သွားနှင့် မေးရိုးများကိုညှိပေးခြင်း | သွားများ ညီညာဖြောင့်တန်းစေရန် သွားထိန်းကွင်းများ | အမြဲတမ်း | ကိစ္စရပ် အချို့တွင် အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားမှု ရှိပါသည် |

- သွားကုသမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ဆက်နွယ်နေသော မိမိဘက်က စိုက်ထုတ်၍ ကုန်ကျခံရမည့် စရိတ်များသည် အစီအစဉ်ပေါ် မူတည်၍ သိသိသာသာ ကွဲပြားနိုင်သည်။ သင်၏မိသားစုအတွက် လိုအပ်မည်ဟုထင်သော ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်သည့် အစီအစဉ်တစ်ခုကို သင်ရွေးချယ်သင့်သည်။

## 4 မိသားစုသွားကုသမှု အာမခံသည် မည်မျှ ကုန်ကျပါသနည်း။

- သွားကုသမှု အစီအစဉ်တိုင်းတွင် ပုံသေသတ်မှတ်ထားသော ကုန်ကျစရိတ်များ ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် အာမခံကြေး ပမာဏ၊ နုတ်ယူနိုင်သည့် ပမာဏ၊ အများဆုံး အိတ်စိုက်ထုတ်ရမည့် ကုန်ကျငွေနှင့် နှစ်စဉ် အများဆုံးအကျိုးခံစားခွင့်များ ပါဝင်နိုင်သည်။ ဤကုန်ကျစရိတ်များသည် သွားကုသမှု အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားမှု ရှိပါသည်။
- ပုံသေသတ်မှတ်ထားသော ကုန်ကျစရိတ်များအပြင် အစီအစဉ်အလိုက် ကွဲပြားလေ့ရှိသော ကုန်ကျစရိတ် မျှဝေခံစားသည့် သတ်မှတ်ချက်များ ရှိပါသည်။ ကုန်ကျစရိတ် မျှဝေခံစားသည့် သတ်မှတ်ချက်များသည် ဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားပေါ် မူတည်ပြီး ဝန်ဆောင်မှု ရယူသူမှာ ကလေး သို့မဟုတ် လူကြီး ဟုတ်၊ မဟုတ်အပေါ် တွင်လည်း မူတည်ပါသည်။
    - **ကလေးသွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များတွင်** မိမိဘက်က စိုက်ထုတ်ရမည့် ပမာဏသည် ကလေးတစ်ယောက်လျှင် $350 သို့မဟုတ် မိသားစုတစ်စုလျှင် $700 အထိ အများဆုံး ရှိပါသည်။ ၎င်းသည် အာမခံ ပေးထားသော တစ်နှစ်လုံးစာအတွင်း သင် ပေးချေရမည့် အများဆုံးပမာဏဖြစ်သည်။ ကလေးများအတွက် အကျိုးခံစားခွင့်တွင် ကန့်သတ်ချက်များ မရှိသလို သို့မဟုတ် အကျိုးခံစားခွင့်များ ရရှိရန် စောင့်ဆိုင်းကာလများလည်း မရှိပါ။
    - **လူကြီးသွားကုသမှု အကျိုးခံစားခွင့်များတွင်** များသောအားဖြင့် မိမိဘက်က အများဆုံး စိုက်ထုတ်ပေးချေရမည့် ကန့်သတ်ပမာဏ မရှိပါ။ သို့သော် နှစ်စဉ်အကျိုးခံစားခွင့်တွင် ကန့်သတ်ချက် ရှိနိုင်ပါသည်။ ၎င်းသည် အာမခံ ပေးထားသော တစ်နှစ်လုံးစာအတွင်း သင်၏အစီအစဉ်အတွက် ပေးချေရမည့် အများဆုံးပမာဏ ဖြစ်သည်။ ဤအမြင့်ဆုံးပမာဏထက် ကျော်လွန်သော လူကြီးအတွက် သွားကုသမှု ကုန်ကျစရိတ်များအတွက် သင့်တွင် တာဝန်ရှိသည်။ ထို့ပြင် အချို့သောဝန်ဆောင်မှုများအတွက် စောင့်ဆိုင်းကာလများ ရှိနိုင်သည်။[3]

## 5 ကျွန်ုပ်နှင့် ကျွန်ုပ်မိသားစုအတွက် မှန်ကန်သော သွားကုသမှုဆိုင်ရာ အစီအစဉ်ကို မည်သို့ရှာရမည်နည်း။

- NYSOH သွားကုသမှု အစီအစဉ် နှိုင်းယှဉ်သည့် ကိရိယာကိုသုံး၍ သင်သည် အမျိုးမျိုးသော ကလေးသွားကုသမှု အစီအစဉ်များ၏ ကုန်ကျစရိတ်များနှင့် အကျိုးခံစားခွင့်များကို နှိုင်းယှဉ်နိုင်ပါမည်။[4] ၎င်းကို ဈေးကွက် (Marketplace) ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ရှိ- https://info.nystateofhealth.ny.gov/resource/dental-plan-comparison-tool တွင်တွေ့နိုင်သည်
- ဈေးကွက် (Marketplace) ဝက်ဘ်ဆိုဒ်တွင် NYS ဝန်ဆောင်မှု ပံ့ပိုးပေးသူများနှင့် ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် ရှာဖွေသည့် ကိရိယာရှိပြီး ၎င်းသည် အစီအစဉ်တစ်ခုချင်းစီတွင် ပါဝင်သော သွားဘက်ဆိုင်ရာအတွက် ဝန်ဆောင်မှုပေးနေသူများ စာရင်းကို ပြသပေးမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းကို- https://pndslookup.health.ny.gov/ တွင် တွေ့နိုင်သည်

3 ဈေးကွက် (Marketplace) ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ရှိ အစီအစဉ်များ ရှာဝယ်သည့်ကိရိယာတွင် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုအတွက်မဆို စောင့်ဆိုင်းကာလရှိပါက 'WP' ဟုဖော်ပြပါသည်။

4 သွားကုသမှု အစီအစဉ်များကို ရှာဖွေလေ့လာသောအခါတွင် ကလေးသွားကုသမှုအကျိုးခံစားခွင့် အချက်အလက်များ မဟုတ်ဘဲ လူကြီးမိသားစုများအတွက် လူကြီးအကျိုးခံစားခွင့် အချက်အလက်များကို သင်ကြည့်ရှုနေကြောင်း သေချာပါစေ။

Si usted habla un idioma diferente al inglés, los servicios de asistencia de idioma están disponibles gratis para usted. Llame al 1-855-355-5777 (TTY: 1-800-662-1220).

如果您使用的語言不是英語，您可以使用我們的免費語言支援服務。請致電 1-855-355-5777 (TTY: 1-800-662-1220)