قائمة التحقق الخاصة بالرعاية السنوية لعام 2019

إرشادات فحوص الرعاية الوقائية والخدمات الاستشارية للرجال.

احصل على الرعاية التي تحتاجها في أي وقت كان. خذ قائمة التحقق هذه معك في زيارتك التالية.

تساعدك زيارة الصحة الوقائية على معرفة وضعك الصحي الحالي، وعلى اكتشاف أيّ مشكلات صحية قبل أن تتفاقم. وعندئذ تعمل أنت والطبيب معاً على اختيار الرعاية الأنسب لحالتك. خدمات الرعاية الوقائية الموصى بها تتضمن ما يلي[1]:

فحوص العافية السنوية	تاريخ الإجراء
☐ فحص ضغط الدم.	
☐ الخدمات الاستشارية والوقائية الخاصة بسرطان الجلد للرجال الذين تبلغ أعمارهم 24 عاماً.	
☐ فحص الكحول واستشارات مختصرة (حسب الطلب).	
☐ الطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم (BMI).	
مرة كل عام	
☐ تطعيم الأنفلونزا.	
حسب توصية طبيبك	
☐ فحص الأسنان.	
☐ فحص السمع.	
☐ فحص العين.	
☐ فحص الكولسترول للكبار فوق سن 40 عاماً.[2]	

حسب الطلب	تاريخ الإجراء
☐ فحص سرطان القولون للرجال الذين تتراوح أعمارهم بين 50 و75 عاماً (اسأل طبيبك عن طرق الفحص والفواصل الزمنية بين الفحوص).[3]	
☐ فحص السكر للرجال الذين تتراوح أعمارهم بين 40 و70 عاماً والذين يعانون من السمنة أو الوزن الزائد.	
☐ استشارات النظام الغذائي الصحي للرجال الذين يتعرضون لعوامل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية؛ وهذه الاستشارات تكون في عيادة رعاية أولية.	
☐ التحصينات (تحدث مع طبيبك حول الأمصال التي قد يلزمك تناولها).	
للرجال الذين سبق لهم التدخين	
☐ المساعدة في الإقلاع عن التدخين والفحص والاستشارات السلوكية للبالغين؛ يتم ذلك في عيادة رعاية أولية.	

موضوعات مطلوب مناقشتها مع الطبيب:

الحصول على الرعاية اللازمة

- هواجس حول الحصول على ما تحتاجه من رعاية أو اختبارات أو علاجات.
- تحديد مواعيد زيارات الرعاية الروتينية مقدماً.
- من أين وكيف تحصل على الرعاية الطارئة إذا احتجت إليها في الحال.
- تنسيق الرعاية التي تحصل عليها من أطباء أو متخصصين آخرين.
- صعوبات تحديد مواعيد زيارة لأحد المتخصصين، إن لزم ذلك.

الأدوية الموصوفة طبياً

- أي أسئلة متعلقة بالأدوية التي تتناولها بموجب وصفة طبية.
- مشكلات في الحصول على الأدوية التي يصفها لك مقدم الرعاية المتابع لك.

الرعاية المهمة

- اقتراحات حول كيفية تحسين نشاطك البدني.
- طرق تساعدك إذا شعرت بالحزن أو الاكتئاب.

الاختبارات والعلاجات

- موعد الحصول على النتائج من المختبرات أو الأشعة السينية أو الاختبارات الأخرى.

بدايةً من تحديد موعد زيارة الفحص التالية وحتى البحث عن طبيب، يمكنك الاعتماد علينا لمساعدتك في الحصول على الرعاية والعلاج في أسرع وقت ممكن. إذا كانت لديك أسئلة، فيُرجى الاتصال بقسم خدمات الأعضاء على الرقم **1-866-270-5785**، **الهاتف النصي 711**، من الساعة 7 صباحاً إلى الساعة 7 مساءً، من يوم الإثنين إلى الجمعة.

UnitedHealthcare® Community Plan

UHCCommunityPlan.com/CA

[1] هذه قائمة بالفحوص المقترحة. تغطية هذه الفحوص (بما في ذلك عدد مرات تغطيتها) قد تختلف تبعاً للخطة. إذا كانت لديك أسئلة حول المزايا الخاصة التي تتمتع بها أو حول تفاصيل التغطية، فيُرجى الاتصال بقسم خدمات الأعضاء.

[2] everydayhealth.com/heart-health/living-with/many-under-40-may-not-need-regular-cholesterol-checks-study/

[3] cdc.gov

لا تشكل هذه المعلومات وصفاً كاملاً لمزايا الخطة. اتصل بالخطة للتعرف على مزيدٍ من المعلومات. قد تنطبق بعض الحدود، ودفعات السداد المشترك، والقيود. قد تتغير سنوياً المزايا و/أو الأقساط و/أو دفعات السداد المشترك/التأمين المشترك.

لا تميز UnitedHealthcare في أنشطتها وبرامجها الصحية على أساس العرق أو اللون أو الأصل القومي أو النوع أو العمر أو الإعاقة.

نحن نقدم لك خدمات مجانية لمساعدتك على التواصل معنا. مثل توفير الخطابات بلغات أخرى أو حروف كبيرة. أو يمكنك أن تطلب الاستعانة بمترجم فوري. لطلب المساعدة، يُرجى الاتصال على رقم الهاتف المجاني الخاص بالأعضاء والموجود في بطاقة هُوية الأعضاء الخاصة بالخطة الصحية، الهاتف النصي 711، من يوم الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 7:00 صباحاً إلى 7:00 مساءً.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-270-5785, TTY 711.

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 1-866-270-5785, TTY 711。

© حقوق الطبع والنشر لعام 2019 محفوظة لشركة United HealthCare Services, Inc. جميع الحقوق محفوظة.

948-CST26111 6/19