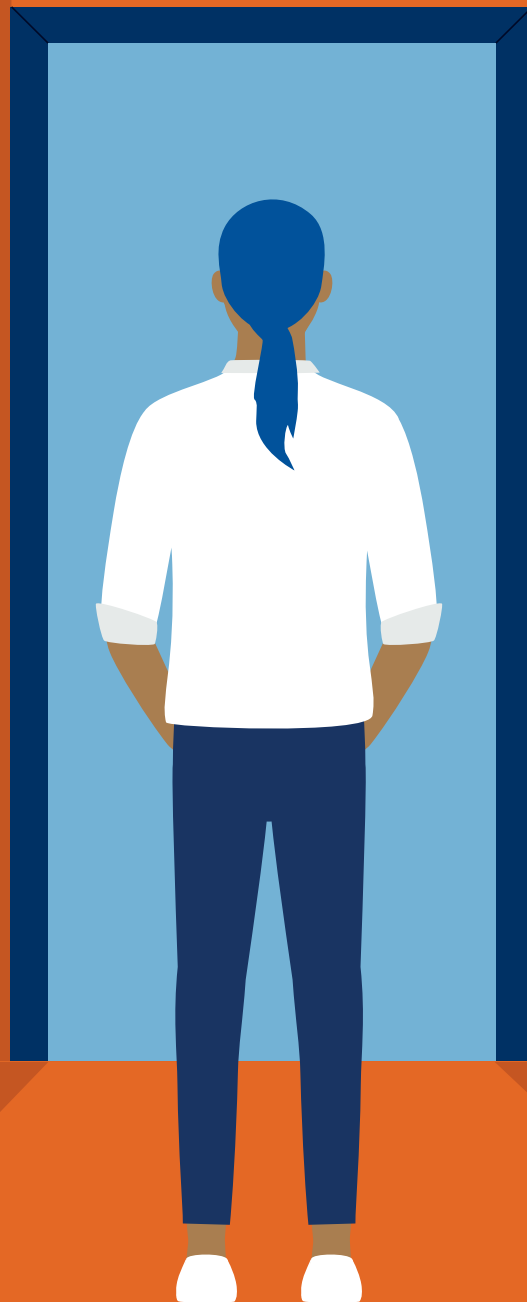




ПОВЕРНЕННЯ ДО СПІЛЬНОТИ: МЕДИЧНА ДОПОМОГА ПІСЛЯ ЗВІЛЬНЕННЯ

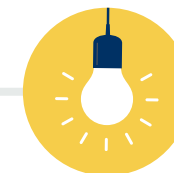
Керівництво з отримання медичної допомоги в процесі реінтеграції



ВАША ДОРОЖНЯ КАРТА ДО КРАЩОГО ЗДОРОВ'Я



Початок	03
ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ЦИМ КЕРІВНИЦТВОМ.	03



Крок 1: ЗНАТИ СВОЇ МЕДИЧНІ ПОТРЕБИ	04
ТУРБОТА ПРО ФІЗИЧНЕ ТА ПОВЕДІНКОВЕ ЗДОРОВ'Я	05
ПІДТРИМКА В НАДЗВИЧАЙНИХ І КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ	06



Крок 2: НЕОБХІДНІ ЗНАННЯ	09
ЗБІР ІНФОРМАЦІЇ ПРО СТАН ЗДОРОВ'Я	10
ЛЮДИ ТА ПОСАДИ, ДО ЯКИХ МОЖНА ЗВЕРНУТИСЯ	11



Крок 3: ПОДАЧА ЗАЯВКИ НА ОТРИМАННЯ МЕДИЧНОГО СТРАХОВОГО ПОКРИТТЯ	13
ЯКІ Є ВАРІАНТИ? ЯК І ДЕ ПОДАТИ ЗАЯВКУ?	13
ОСОБЛИВІ ВИПАДКИ	17
БІЛЬШЕ ПРО ПРОГРАМУ MEDICARE	18



Крок 4: ВИКОРИСТАННЯ МЕДИЧНОГО ПОКРИТТЯ	21
РЕСУРСИ	24



ПОЧАТОК

Реінтегруватися в суспільство завжди непросто. У вас є нагальні потреби та пріоритетні справи, про які потрібно подбати – отримання ідентифікаційних та інших важливих документів; пошук роботи; забезпечення себе їжею, транспортом і постійним місцем проживання.

Хоча турбота про фізичне та поведінкове здоров'я може не бути для вас пріоритетом, саме вона є ключем до успішного життя після звільнення. Продовження лікування, планів догляду, прийому ліків за рецептом, а також отримання підтримки щодо вживання психоактивних речовин є важливими аспектами охорони здоров'я.

Є люди, які хочуть вам допомогти, та служби, готові вас підтримати. Багато людей, які допомагають із нагальними потребами, також займаються питаннями охорони здоров'я. Наприклад, вони можуть підібрати медичне страхування, яке відшкодує ваші витрати на візити до медичних закладів і ліки.

Це керівництво допоможе вам:

1. Краще дбати про здоров'я й відстоювати свої медичні потреби як під час ув'язнення, так і після звільнення.
2. Дізнатися про безкоштовні й доступні послуги у сфері охорони здоров'я.
3. Знайти місцеві програми чи пільги, а також людей, які допоможуть отримати доступ до них.

Як користуватися цим керівництвом

Дорожня карта складається з 4 кроків.

У цьому документі згадуються поширені терміни і ресурси, пов'язані зі сферою охорони здоров'я. Він також містить списки людей, які здатні допомогти вам із документами, медичними картами та іншими аспектами життя після звільнення (як-от харчування, житло та транспорт). Наприкінці є розділ, де ви можете робити примітки.

Окрім цього керівництва, рекомендуємо ознайомитися з документом [Roadmap to Better Care](#) («Дорожня карта до кращої медичної допомоги»), що містить детальнішу інформацію про отримання медичних послуг.

Розпочніть нове, здоровіше життя просто зараз.

Крок 1:

ЗНАТИ СВОЇ МЕДИЧНІ ПОТРЕБИ

Знання про стан свого здоров'я та способи його підтримки допоможуть вам знайти необхідну допомогу й послуги. Завдяки профілактичним послугам, таким як регулярні огляди для запобігання проблемам, ви зможете краще слідувати за своїм фізичним і поведінковим здоров'ям.

Фізичне і поведінкове здоров'я є ключовими аспектами самопочуття. Фізичне здоров'я має відношення до проблем із тілом, таких як діабет або високий кров'яний тиск. Поведінкове здоров'я стосується емоційного, психічного та соціального благополуччя. Воно визначає те, як ви мислите, що відчуваєте та як чините по життю. Поведінкові проблеми є доволі поширеними. Часто вони пов'язані з психічними труднощами або вживанням психоактивних речовин. Поведінкове здоров'я є не менш важливим, ніж фізичне.

Приблизно 1 із 5 дорослих у США страждає від психічних захворювань. Серед людей, які перебувають у місцях позбавлення волі, цей показник ще вищий. Але всім їм доступна допомога.

Нижче наведено 10 запитань про ваше здоров'я зараз та в минулому. Вони допоможуть вам краще зрозуміти свою ситуацію та підкажуть, які медичні послуги вам можуть знадобитися.

1. Чи був у моєму житті досвід, із яким складно впоратися без сторонньої допомоги?
2. Чи допоможе розмова з фахівцем або кимось, хто мав подібний досвід, краще зрозуміти мої минулі рішення?
3. Чи є у мене проблеми зі здоров'ям (наприклад, біль у тілі), з якими може допомогти медичний працівник?
4. Чи були у моїх родичів діабет, проблеми з серцем, проблеми з вагою, проблеми з наркотиками чи алкоголем?
5. Чи приймаю я зараз прописані лікарем медикаменти? Якщо так, чи потрібно мені поповнити їх запас?
6. Чи вживання психоактивних речовин коли-небудь було для мене проблемою?
7. Чи було б корисно поговорити з кимось стосовно вживання психоактивних речовин?
8. Чи відвідував(-ла) я лікаря / іншого медичного працівника, перебував(-ла) у лікарні або звертався (-лася) до відділення невідкладної медичної допомоги (останнім часом або в минулому)?
9. Як звернення до лікаря чи медичного працівника може покращити мій загальний стан здоров'я та добробут після звільнення?
10. Чи хвилююся я про те, як буду оплачувати свої ліки чи візити до лікаря?



ПОТУРБУЙТЕСЯ ПРО СВОЄ ФІЗИЧНЕ ТА ПОВЕДІНКОВЕ ЗДОРОВ'Я

Турбота про фізичне й поведінкове здоров'я та вирішення проблеми вживання психоактивних речовин дозволить вам:

- Краще долати повсякденний стрес
- Підтримувати гарний фізичний стан
- Будувати цінні стосунки
- Продуктивно працювати

ПІДТРИМКА В НАДЗВИЧАЙНИХ І КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ



Потрібна допомога прямо зараз? Використовуйте ці безкоштовні гарячі лінії для отримання допомоги. Якщо ви перебуваєте в кризовій ситуації, надзвичайній ситуації або ситуації, що загрожує життю, зателефонуйте за номером 911 або зверніться до відділення невідкладної допомоги.



988 Suicide & Crisis Lifeline

[988lifeline.org](https://www.988lifeline.org)

Якщо ви опинилися в кризовій ситуації, зателефонуйте за номером 988, надішліть SMS на номер 988 або скористайтеся онлайн-чатом на сайті [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org). Lifeline – це цілодобова безкоштовна конфіденційна гаряча лінія запобігання самогубствам. Коли ви зателефонуєте, ваш дзвінок буде направлено до найближчого кризового центру.

Veterans Crisis Line

[veteranscrisisline.net](https://www.veteranscrisisline.net)

Зателефонуйте за номером 988 і натисніть 1, щоб зв'язатися з гарячою лінією підтримки ветеранів. Крім того, ветерани можуть зателефонувати за номером 1-800-273-8255 і натиснути 1, надіслати SMS на номер 838255 або скористатися онлайн-чатом на сайті ([VeteransCrisisLine.net/Chat](https://www.VeteransCrisisLine.net/Chat)).

Це конфіденційна й безкоштовна гаряча лінія. Вона з'єднує ветеранів у кризовій ситуації з кваліфікованими та дбайливими спеціалістами Міністерства у справах ветеранів (VA). Цією службою також можуть скористатися родичі та друзі ветеранів.

Щоб дізнатися більше, відвідайте сайт Veterans Crisis Line: [veteranscrisisline.net](https://www.veteranscrisisline.net).

Національна гаряча лінія Управління боротьби зі зловживанням психоактивними речовинами та психіатричної допомоги (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA)

[samhsa.gov/find-help/national-helpline](https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline)

Зателефонуйте за номером 1-800-662-HELP (4357), щоб отримати допомогу стосовно вживання психоактивних речовин або проблем із психічним здоров'ям.

Це конфіденційна й безкоштовна гаряча лінія. Вона доступна 24 години на добу, 365 днів на рік, англійською та іспанською мовами. Спеціалісти гарячої лінії допомагають отримати направлення до місцевих лікувальних установ, груп підтримки та громадських груп.

Щоб дізнатися більше про вживання психоактивних речовин, проблеми з психічним здоров'ям та види лікування, відвідайте сайт [findtreatment.samhsa.gov](https://www.findtreatment.samhsa.gov).

Щоб знайти ресурси й інформацію про варіанти підтримки психічного здоров'я, а також лікування залежностей від психоактивних речовин та алкоголю, відвідайте сайт: [samhsa.gov/find-support](https://www.samhsa.gov/find-support).

Національна гаряча лінія з питань сексуального насильства

[rainn.org/resources](https://www.rainn.org/resources)

Зателефонуйте за номером 1-800-656-HOPE (4673), щоб зв'язатися зі спеціалістом, здатним надати конфіденційну підтримку в кризовій ситуації. Ця гаряча лінія працює 24 години на добу, 7 днів на тиждень. Також доступний онлайн-чат англійською ([hotline.rainn.org/online](https://www.hotline.rainn.org/online)) та іспанською ([hotline.rainn.org/es](https://www.hotline.rainn.org/es)) мовами.

Національна гаряча лінія з питань домашнього насильства

[thehotline.org](https://www.thehotline.org)

Зателефонуйте за номером 1-800-799-SAFE (7233), щоб поговорити зі спеціалістом та отримати безкоштовну й конфіденційну підтримку. Гаряча лінія працює 24 години на добу, 7 днів на тиждень. Доступна підтримка в онлайн-чаті та режимі текстових повідомлень (надішліть «START» на номер 88788).

Гаряча лінія для корінних жителів StrongHearts

[strongheartshelpline.org](https://www.strongheartshelpline.org)

Зателефонуйте за номером 1-844-7NATIVE (762-8483), щоб отримати підтримку. Ця безпечна, конфіденційна й анонімна лінія довіри відкрита 24 години на добу, 7 днів на тиждень. Вона пропонує корінним американцям і корінним жителям Аляски культурно прийнятну підтримку та захист. Також доступна підтримка в онлайн-чаті.

Крок 2:

НЕОБХІДНІ ЗНАННЯ

Збір інформації про стан здоров'я

Почніть збирати інформацію про стан свого здоров'я ще під час перебування в місці позбавлення волі. Важливо з'ясувати, які послуги знадобляться вам після звільнення. Визначте, на чому ви хочете зосередитися, і складіть план, який допоможе вести здорове та успішне життя в майбутньому.

Ось контрольний список інформації, яку потрібно зібрати:

- Копії медичної карти, документів про виписку та документів про перехід
ПОРАДА: Попросіть копію своєї медичної карти у медичного персоналу установи принаймні за 60 днів до звільнення. Після вашого звільнення вони зможуть надати вашу медичну карту безпечним і надійним способом.
- Список ліків, які ви приймаєте зараз і повинні будете приймати після звільнення
ПОРАДА: Медичний персонал установи може забезпечити вас ліками та іншими необхідними медичними засобами на перший час після звільнення.
- Дані про будь-які проблеми зі здоров'ям, список запитань для обговорення з майбутнім лікарем, а також інформація про процедури, яких ви уникали або які не могли отримати під час перебування у місці позбавлення волі (наприклад, професійна чистка зубів)
- Контактна інформація медичного закладу, який ви відвідували перед ув'язненням (якщо плануєте повернутися в місто/штат, де жили раніше)
- Список медичних установ у місті чи штаті, де ви плануєте жити після звільнення
- Список культурних, етнічних, релігійних чи інших груп, які зможуть забезпечити вам позитивну підтримку та соціалізацію після звільнення, якщо виникне така потреба

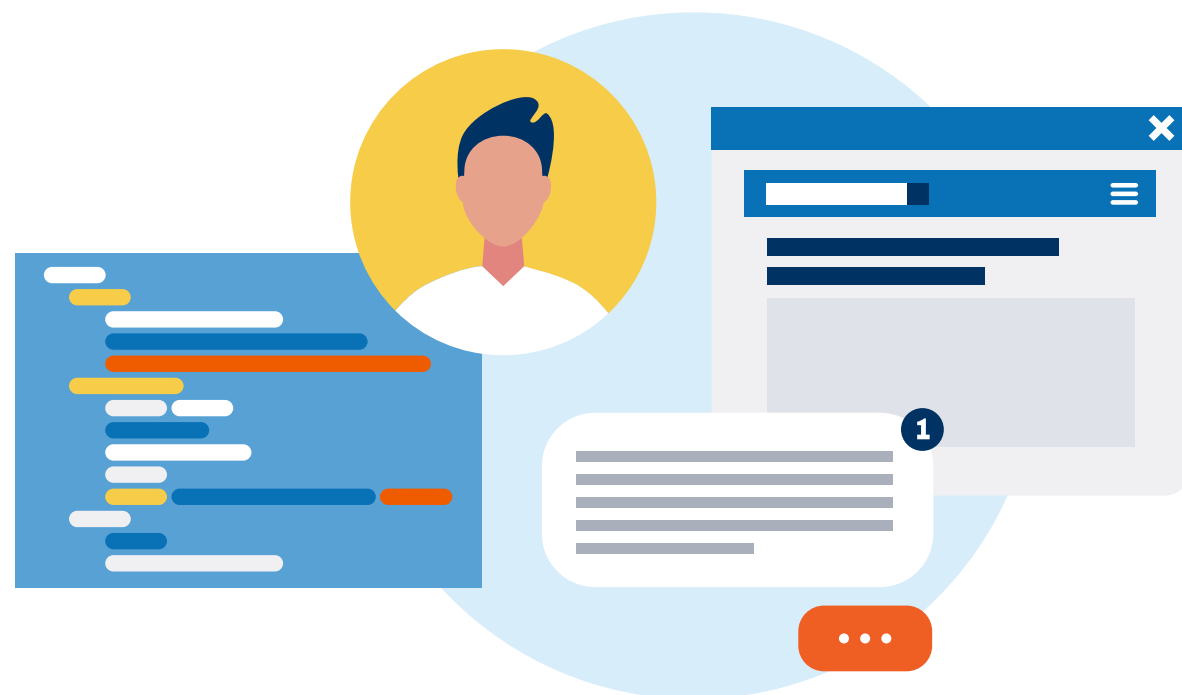


Про що варто подумати

- Хто може надати доступ до потрібних мені місць і послуг?
- Хто входить у мою мережу підтримки? Де я буду жити, коли вийду на волю?
- Якщо потрібно, знайдіть місцевий центр охорони здоров'я на сайті <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>

Про що варто запитати

- Чи достатньо у мене ліків і чи потрібно просити ліки на перший час після звільнення?
- Чи записали мене на прийом до місцевого постачальника медичних послуг?
- Чи зможу я скористатися системою взаємодопомоги для вирішення моїх потреб після звільнення?
- Чи є у місці, куди я повертаюся, центр підтримки щойно звільнених людей та реінтеграції їх у суспільство? Чи є у мене його контакти?
- Чи є у мене контакти місцевого відділу охорони здоров'я та державного філіалу програми Medicaid?
- Чи відповідаю я вимогам програм Safety Net, що надають послуги людям без медичного страхування?
- Чи є у мене термінова потреба в стоматологічних послугах?



Люди та посади, до яких можна звернутися

У різних установах схожі посади можуть називатися по-різному. Нижче перелічені посади людей, з якими ви можете зіткнутися в процесі реінтеграції та пошуку медичних послуг:

- **Сертифікований радник із подачі заявок (Certified Application Counselor)** допомагає отримати медичне страхування через програму Medicaid, надаючи підтримку зі заповненням анкет і реєстраційних форм.
- **Відділ із реінтеграції у суспільство (Community Reentry Team)** допомагає людям, звільненим із місця позбавлення волі, знайти роботу, отримати житло, підтримувати своїх дітей і родину, а також робити внесок у життя громади.
- **Координатор допомоги (Care Coordinator)** підбирає медичні послуги для пацієнтів, а також сприяє обміну інформацією між постачальниками медичних послуг.
- **Кейс-менеджер (Case Manager)** допомагає людям отримати доступ до медичних, соціальних, освітніх та інших послуг, які їм необхідні.
- **Клінічний соціальний працівник (Clinical Social Worker)** пропонує консультаційні й терапевтичні послуги, веде клінічні випадки та надає інші види підтримки.
- **Планувальник звільнення (Discharge Planner)** працює з людьми, які незабаром будуть звільнені, щоб підготувати їх до життя після ув'язнення.
- **Навігатор із питань звільнення з в'язниці (Jail Release Navigator)** допомагає людям, що залишають в'язницю, отримати медичні та інші послуги.
- **Навігатор із питань Marketplace (Marketplace Navigator)** допомагає людям отримати медичне страхування через програму Health Insurance Marketplace®, надаючи підтримку зі заповненням анкет і реєстраційних форм.
- **Медичний персонал (Medical Staff)** включає лікарів (MD – Medical Doctor або DO – Doctor of Osteopathic Medicine), практикуючих медсестер, клінічних медсестер або асистентів лікаря, які допомагають пацієнту отримати доступ до ряду медичних послуг.
- **Наставник / довірена особа (Mentor/Credible Messenger)** спілкується з людьми й мотивує їх успішно повертатися до спільнот, вирішувати проблеми та знаходити нові можливості. Часто має власний досвід ув'язнення.
- **Співробітник служби пробації/умовно-дострокового звільнення (Probation/Parole Officer)** виконує перевірки осіб, відпущених за рішенням суду (до суду або після винесення вироку).
- **Спеціаліст зі взаємодопомоги (Peers/Peer Support Specialist)** є людиною, що успішно впоралася з власними проблемами із психічним здоров'ям та/або вживанням психоактивних речовин. Тепер ця людина надає підтримку іншим, які стикаються з подібними труднощами.
- **Медсестра/спеціаліст/координатор у сфері реінтеграції (Reentry Nurse/Specialist/Coordinator)** надає поради та підтримку людям, які повертаються до своїх громад після перебування у в'язниці чи тюрмі.
- **Соціальний працівник (Social Worker)** веде клінічні випадки й допомагає людям знайти лікування та інші послуги, які сприятимуть їхньому одужанню, здоров'ю та благополуччю.
- **Координатор із переходу (Transition Coordinator)** забезпечує людей, які виходять із в'язниці, ресурсами для задоволення конкретних потреб. Вони також планують усі амбулаторні прийоми в громаді.



Крок 3:

ПОДАЧА ЗАЯВКИ НА ОТРИМАННЯ МЕДИЧНОГО СТРАХОВОГО ПОКРИТТЯ

Перебуваючи у виправній установі, ви отримуєте медичні послуги за її рахунок. Але для оплати таких послуг після звільнення вам знадобиться медичне страхування. Цей крок описує різні варіанти медичного страхування, а також надає корисні ресурси й інформацію про те, як подати заявку.

По-перше, з'ясуйте, чи є у вашій колонії чи в'язниці програма попереднього звільнення або підготовки до звільнення (pre-release / discharge program). Якщо так, запитайте, як взяти в ній участь. У рамках програми ви визначите, на яке медичне страхування маєте право, і дізнаєтеся, чи допоможуть співробітники установи подати заявку на медичне страхування.

Які є варіанти? Як і де подати заявку?

Medicaid

- Medicaid – це безкоштовне або недороге медичне страхування для малозабезпечених дорослих, дітей, вагітних жінок, людей похилого віку та людей із особливими потребами.
- Багато людей, які перебувають у місцях позбавлення волі або звільняються з них (у тому числі дорослі без дітей), мають право на отримання страхування Medicaid на підставі свого доходу.
- Стоматологічне покриття в рамках Medicaid залежить від штату. Можливо отримати страхування на випадок надзвичайних ситуацій або покриття подальшої допомоги. Після отримання страхування почитайте про свій план, щоб дізнатися більше.
- Щоб дізнатися більше й подати заявку на покриття Medicaid, відвідайте сторінку State Overviews на сайті Medicaid.gov і виберіть свій штат у спадному меню. Так ви отримаєте інформацію про свій штат і дізнаєтеся, чи відповідаєте ви вимогам і як зареєструватися. Посилання: [medicaid.gov/state-overviews/index.html](https://www.medicicaid.gov/state-overviews/index.html). Багато виправних установ пропонують безпосередню допомогу з подачею заявки на отримання Medicaid перед звільненням або одразу після нього.

ПОРАДА: Навіть якщо вашу заявку на отримання Medicaid було відхилено раніше, можливо, тепер ви відповідаєте вимогам. Крім того, молоді люди, які зростали в прийомних родинах, мають право на покриття Medicaid до 26 років незалежно від штату перебування.

- У деяких штатах можна зареєструватися в Medicaid ще під час ув'язнення для отримання певних послуг. Якщо ви перебували у програмі Medicaid під час ув'язнення, то після звільнення зможете отримати пільги швидше. Запитуйте про медичне страхування якомога раніше.
- Якщо ви вважаєте, що можете відповідати вимогам програми Medicaid, але ще не зареєструвалися в ній, спробуйте подати заявку ще до звільнення. Якщо ви вже користувалися програмою Medicaid, переконайтеся, що ви все ще зареєстровані, підтвердивши свій статус у державному агентстві Medicaid. Також переконайтеся, що ваші пільги стануть доступні якнайшвидше після звільнення. Детальніше: www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html.
- Якщо ви вважаєте, що зареєстровані, але не маєте картки, попросіть агентство Medicaid у вашому штаті надати копію вашої картки Medicaid. Дізнайтеся, як замінити картку Medicaid: www.medicaid.gov/faq/how-do-i-replace-my-medicaid-card/index.html.
- Дізнайтеся більше про умови реєстрації в програмі Medicaid у вашому штаті: www.medicaid.gov/about-us/beneficiary-resources/index.html#statemenu.

Medicare

- Medicare – це програма медичного страхування для людей віком від 65 років, людей із певними особливими потребами або термінальною стадією ниркової недостатності.
- Програма Medicare пропонує план Original Medicare, до якого входить частина А (лікарняне страхування) і частина В (медичне страхування), як-от візити до лікаря.
- Medicare також включає плани Medicare Advantage, плани отримання ліків та інші плани, які пропонують додаткові виплати.
- Подати заявку можна на сайті Medicare.gov.
- Після завершення ув'язнення ви маєте своєчасно зареєструватися в програмі. *Щоб дізнатися більше, див. сторінку 18.* Це можна зробити вже на наступний день після звільнення, тож перегляньте інформацію зараз і сплануйте все наперед.
- Щоб отримати допомогу з поданням заявки, зверніться до консультанта Програми медичного страхування для літніх людей (Senior Health Insurance Program, SHIP) у вашому регіоні. Він допоможе вибрати план та зареєструватися. Знайти найближчого консультанта SHIP можна на цьому сайті: <https://www.shiphelp.org/>.
- Відвідайте сторінку Get Help With Costs на сайті Medicare.gov: <https://www.medicare.gov/basics/costs/help>.
- У більшості випадків план Original Medicare не покриває офтальмологічні та стоматологічні послуги. Однак деякі плани Medicare Advantage (частина С) пропонують додаткові переваги, які Original Medicare не покриває, – наприклад, лікування зору й слуху, а також стоматологію. Зверніться до представників Medicare, щоб дізнатися більше.
- Дізнайтеся більше про умови реєстрації в програмі Medicare: www.medicare.gov/basics/get-started-with-medicare/sign-up/ready-to-sign-up-for-part-a-part-b.

Medicare + Medicaid (подвійне страхування)

- Якщо вам більше 65 років або ви маєте інвалідність **ТА** обмежений дохід, ви можете претендувати як на Medicare, так і на Medicaid.
- Про всяк випадок подайте заявку як на Medicare, так і на Medicaid. Якщо ви маєте право на обидва види покриття, то отримаєте більше пільг безкоштовно або за знижену ціну.
- Залежно від вашого штату й плану програма Medicaid може покривати стоматологічні та офтальмологічні послуги. Зверніться до представників Medicaid, щоб дізнатися, що входить в план,

HealthCare.gov (Marketplace)

- HealthCare.gov надає перелік страхових планів, що пропонуються приватними компаніями на рівні держави та штату. Ви самі обираєте план. Якщо ви відповідаєте певним вимогам, HealthCare.gov допомагатиме вам оглядати вибраний план. На вибір пропонується багато якісних планів. Ви можете купувати плани залежно від регіону проживання та ваших потреб.
- Відвідайте сайт HealthCare.gov, щоб перевірити відповідність вимогам програми та подати заявку.

ПОРАДА: Ви не можете придбати медичне страхування через Health Insurance Marketplace® під час перебування у місці позбавлення волі. Однак після звільнення у вас буде 60 днів, починаючи з дня звільнення, щоб подати заявку на отримання покриття.

- Потрібна допомога? Зателефонуйте за номером 855-889-4325 або відвідайте сайт: localhelp.healthcare.gov.
- Дізнайтеся більше про інформацію, яку вимагає Marketplace: www.healthcare.gov/verify-information/documents-and-deadlines/.
- Є мінімальні вимоги, яким мають відповідати всі плани. Деякі також можуть покривати стоматологічні та офтальмологічні послуги. Стоматологічний план можна придбати окремо. [Детальніше.](#)

Страхування від роботодавця

- Існують інші варіанти приватного медичного страхування. Найпоширенішими є страхові плани, що надаються роботодавцем.
- Коли знайдете роботу, запитайте, чи входить медичне страхування до переліку пільг. Багато людей використовують саме таке страхове покриття. Не кожен роботодавець пропонує медичне страхування, але обов'язково запитуйте про це.
- Покриття стоматологічних й офтальмологічних послуг залежить від плану. Щоб дізнатися, які послуги покриваються вашим планом, зверніться до представника страхової компанії чи відділу пільг.

Дізнайтеся, як зібрати необхідні для отримання страхового покриття документи, включаючи свідоцтво про народження та картку соціального страхування:

www.usa.gov/replace-vital-documents.



Особливі випадки

Деякі ситуації дозволяють отримати інші варіанти медичного страхування. Крім того, ви можете мати право на інші види допомоги. Якщо ви у чомусь не впевнені, ставте запитання, щоб дізнатися більше.

Інші варіанти покриття:

- Ви ветеран? Якщо так, зверніться до Управління у справах ветеранів (Veterans Administration, VA), щоб дізнатися, чи маєте ви право на покриття згідно зі своїм статусом. Детальніше: <https://www.va.gov/>.
- Ви американський індіанець чи корінний житель Аляски? Служба охорони здоров'я індіанців (Indian Health Service, IHS) відповідає за надання федеральних медичних послуг американським індіанцям і корінним жителям Аляски.
 - Якщо ви маєте право на отримання послуг від IHS, зверніться до місцевого медичного закладу для індіанців або відвідайте сайт www.ihs.gov.
 - Щоб дізнатися більше про спеціальні положення для американських індіанців і корінних жителів Аляски, які мають право на покриття Medicaid, покриття програми дитячого медичного страхування (Children's Health Insurance Program) або покриття Marketplace, відвідайте сайт healthcare.gov/tribal або go.cms.gov/AIAN.

Інші види допомоги:

- Розпочніть процес подання заявок на отримання інших пільг, які можуть вам знадобитися. Це можуть бути тимчасова допомога для нужденних сімей (Temporary Assistance for Needy Families, TANF), програма додаткової допомоги на харчування (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP), додаткове дохідне забезпечення (Supplemental Security Income, SSI), соціальне страхування на випадок інвалідності (Social Security Disability Insurance, SSDI), спеціальна програма додаткового харчування для жінок, немовлят і дітей (Special Supplemental Nutritional Program for Women, Infant and Child, WIC), програма допомоги в галузі енергопостачання домогосподарств із низьким доходом (Low-Income Home Energy Assistance Program, LIHEAP) та інші.
- Представник вашої установи чи соціальний працівник можуть допомогти вам подати заяву до або після звільнення.
- Відвідайте сайт <https://www.benefits.gov/>, щоб пошукати потрібні послуги, або зателефонуйте за номером [2-1-1](tel:2-1-1), щоб поговорити про них із місцевим представником.

Більше про програму Medicare

Зареєструйтеся в плані Original Medicare під час спеціального періоду реєстрації

- Початок періоду реєстрації: День звільнення. Завершення періоду реєстрації: Останній день 12-го місяця після місяця, коли ви звільнилися.
 - Ваше покриття почне діяти через місяць після реєстрації. У деяких ситуаціях ви також можете вказати дату початку дії покриття до 6 місяців у минулому. Якщо ви вирішите розпочати дію покриття заднім числом і подасте заявку на Medicare протягом перших 6 місяців після звільнення:
 - Дія вашого покриття почнеться з дня звільнення з ув'язнення.
 - Ви будете нести відповідальність за оплату послуг Medicare до дати початку страхування.
- Якщо ви вирішите розпочати дію покриття заднім числом і подасте заявку на Medicare більше ніж через 6 місяців після звільнення:
- Ваше покриття почне діяти за 6 місяців до місяця реєстрації.
 - Ви будете нести відповідальність за оплату послуг Medicare до дати початку страхування.
- Штрафів за пізню реєстрацію не буде.

Зареєструйтеся в плані Original Medicare під час загального періоду реєстрації

- Загальний період реєстрації триває з 1 січня до 31 березня.
- Ваше покриття почне діяти через місяць після реєстрації.
- Можливо, вам доведеться сплатити штраф за пізню реєстрацію залежно від того, як довго ви не реєструвалися після звільнення з ув'язнення.

Зареєструйтеся в плані Medicare Advantage, плані отримання ліків Medicare (частина D) або іншому плані медичного страхування Medicare

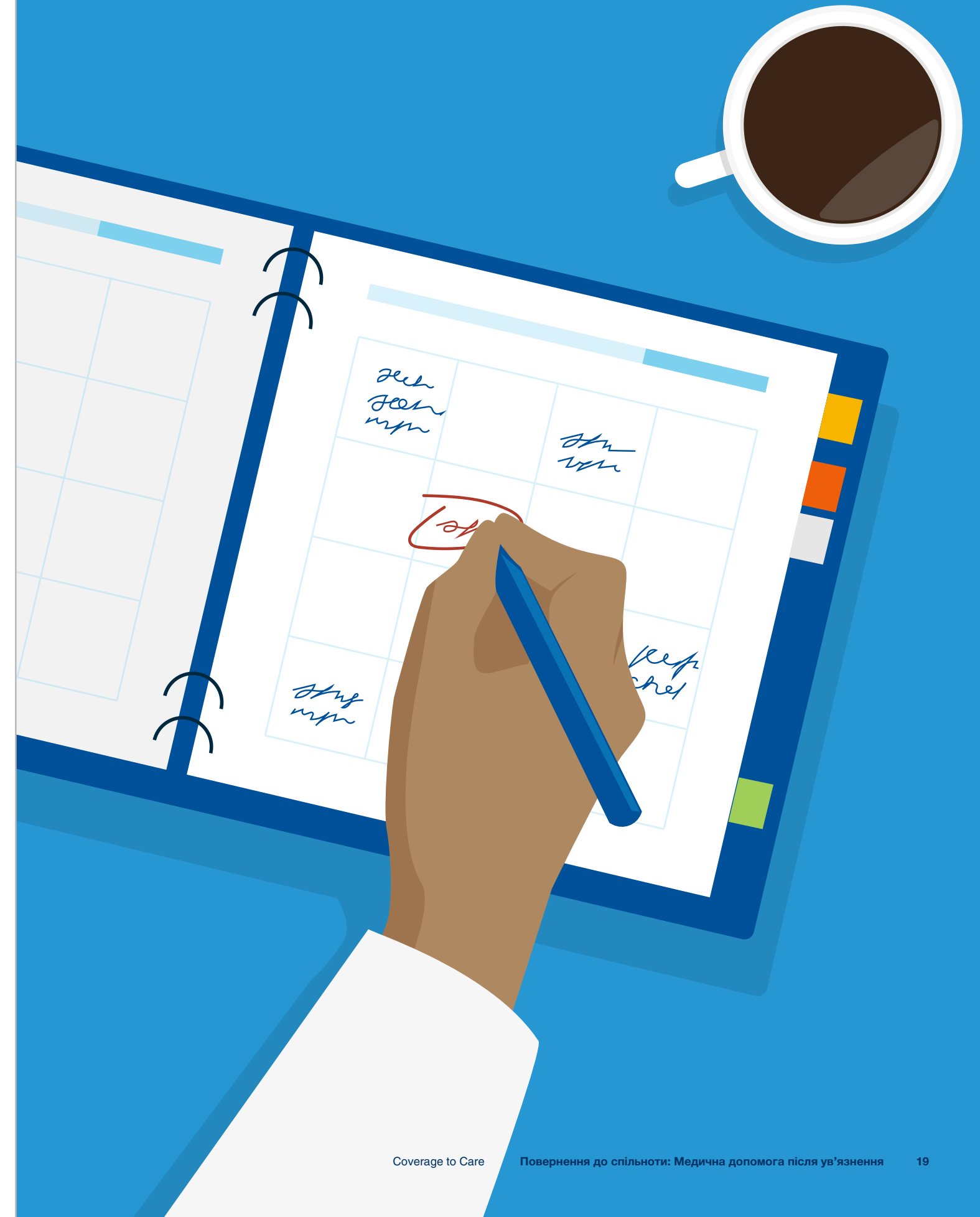
- Як правило, ви можете зареєструватися протягом перших 2 повних календарних місяців після звільнення.

Важливо: Вам потрібно зареєструватися в програмі Medicare, перш ніж ви зможете отримати план.

[Детальніше про реєстрацію.](#)

Щоб зареєструватися в плані, ви можете:

 - Зв'язатися з представником Medicare.
 - [Подати заявку онлайн.](#)
 - Зателефонувати за номером 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Користувачі телетайпа можуть зателефонувати за номером 1-877-486-2048.
- Покриття почне діяти в перший день місяця після того, як Medicare отримає вашу заявку.
- Можливо, вам доведеться сплатити штраф за пізню реєстрацію за частиною D, якщо ви не приєднаєтеся до плану отримання ліків Medicare протягом 63 днів після реєстрації в Original Medicare (і протягом цього часу у вас не буде іншого покриття ліків, що відпускаються за рецептом).





Крок 4:

ВИКОРИСТАННЯ МЕДИЧНОГО ПОКРИТТЯ

Коли медичне покриття буде в вас на руках, настане час подумати про його використання.

Пошук і реєстрація в медичному полісі – це лише початок. Турбуватися про здоров'я доведеться все життя. Важливим наступним кроком є пошук постачальників медичних послуг – лікарів, медсестер і терапевтів, які будуть підтримувати вас. Можливо, є сенс звернутися до спеціаліста з взаємопідтримки. Він проаналізує ваш список медичних потреб, знайде потрібних постачальників медичних послуг і допоможе запланувати візити до лікаря.

Отримувати медичні послуги можна в багатьох різних місцях, включаючи відділення невідкладної допомоги. Але найкраще перебувати на обліку в лікаря, який особисто знає вас і ваші потреби. Це може бути постачальник первинної медичної допомоги.

Ви можете знайти постачальників первинної медичної допомоги в закладах, клініках і медичних центрах по всій країні. Залежно від вашого покриття та місця вашого проживання ви можете знайти постачальника первинної медичної допомоги в таких місцях:

- Приватні медичні групи та практики
- Центри амбулаторної допомоги
- Амбулаторні клініки
- Федеральні кваліфіковані медичні центри
- Громадські та безкоштовні клініки
- Медичні центри на базі навчальних закладів
- Індіанська служба охорони здоров'я, установи плеємінної та міської програми охорони здоров'я індіанців
- Медичні центри та амбулаторні клініки для ветеранів

Щоб дізнатися, коли слід звертатися до лікаря первинної медичної допомоги, а коли – до відділення невідкладної медичної допомоги, перегляньте [цей документ](#).

Послідовність отримання медичних послуг:

- Знайдіть постачальника медичних послуг у регіоні, де плануєте жити після звільнення. Відвідайте сайт findahealthcenter.hrsa.gov/.
- Запишіться на прийом до постачальника медичних послуг. Ознайомтеся з порадами щодо вибору постачальника: cms.gov/files/document/roadmap-better-care-ukrainian.pdf.
- Потрібна допомога з психічним здоров'ям або залежністю від наркотиків/алкоголю? Відвідайте сайт [FindSupport.gov](https://findsupport.gov).

Щоб отримати додаткову допомогу з отриманням медичних послуг та використанням медичного покриття, перегляньте документ [Roadmap to Better Care](#) («Дорожня карта до кращої медичної допомоги»). Він містить інформацію про різні аспекти отримання медичних послуг.



РЕСУРСИ

Ресурси з реінтеграції

Національний ресурсний центр реінтеграції (National Reentry Resource Center, NRRC) є основним національним джерелом інформації та рекомендацій щодо реінтеграції. NRRC розробляє ресурси та інструменти, сприяє обміну інформацією та підтримує зусилля з реінтеграції. Відвідайте сайт nationalreentryresourcecenter.org або зателефонуйте за номером 866-536-8686, щоб отримати допомогу із такими запитами:

- Система реінтеграції
- Повернення в суспільство після перебування у в'язниці або тюрмі
- Створення або вдосконалення програм і політик реінтеграції
- Залучення до сервісів та процесів, пов'язаних із реінтеграцією

Управління охорони здоров'я національних меншин (Office of Minority Health, OMH) Міністерства охорони здоров'я та соціальних служб США (HHS):

- **Поради щодо використання Health Insurance Marketplace®:** 1-800-318-2596 або healthcare.gov/quick-guide/one-page-guide-to-the-marketplace
- **Покриття Medicaid & CHIP:** 1-800-318-2596 або healthcare.gov/medicaid-chip/getting-medicaid-chip
- **Початок використання Medicare:** 1-800-633-4227 або medicare.gov/basics/get-started-with-medicare

Пошук постачальника медичних послуг

https://findahealthcenter.hrsa.gov/Additional_Support

Додаткові ресурси

- **Медичне страхування для ув'язнених:** 1-800-318-2596 або healthcare.gov/incarcerated-people
- **Ув'язнені та нещодавно звільнені споживачі:** 1-800-318-2596 або cms.gov/marketplace/technical-assistance-resources/incarcerated-and-recently-released-consumers.pdf
- **Пошук лікувальних центрів SAMHSA:** 1-800-662-HELP (4357) або findtreatment.samhsa.gov
- **Ресурси SAMHSA:** 1-800-662-4357 або www.samhsa.gov/find-support Телетайп: 1-800-487-4889 / Надішліть свій поштовий індекс на номер: 435748
- **211:** www.211.org. Ця національна безкоштовна лінія доступна 24 години на добу, сім днів на тиждень, 365 днів на рік для носіїв англійської та 180 інших мов. Вона з'єднує людей, що потребують допомоги, з громадськими організаціями. Телефонуйте за номером 211, щоб зв'язатися з кваліфікованими спеціалістами, які допоможуть вам знайти місцеві ресурси й послуги для ваших медичних та інших потреб. Пошук місцевих ресурсів 211: www.211.org/about-us/your-local-211





go.cms.gov/c2c

Оплачено Міністерством охорони здоров'я та соціальних служб США.

Дата перегляду: Квітень 2024

Публікація № 12214-UKR

Ця публікація є спільним проектом Центрів послуг Medicare та Medicaid та Управління програм із питань правосуддя Міністерства юстиції США.