

查看您促進學生健康之路



第 1 步：將您的健康置於首位

- 保持健康對於您及您家人來說都很重要。
- 在家、公司及社區保持健康的生活方式。
- 接受健康篩查並管理慢性病。
- 將全部健康資訊保存在一處。

第 2 步：了解您的學生醫療保險

- 諮詢您的學生健康中心，以確認哪些服務在承保範圍內（可能在您的學生健康中心的網站上）。
- 了解您的費用（保險費、共同支付額、自付額、共同保險）。
- 了解網絡內護理及網絡外護理之間的差別。

第 3 步：了解到哪裡尋求護理

- 在緊急情況及危及生命的情況下去緊急診療室。
- 在非緊急情況或非危及生命的情況下，初級保健是首選。
- 了解初級保健和緊急護理之間的差別。

第 4 步：尋找服務提供者

- 尋找一個接受您的保險的初級保健服務提供者。
- 查看學生健康中心的服務提供者名單。
- 向您信任的人詢問其服務提供者是誰。您也可在互聯網上查一查。
- 如果已為您分配了服務提供者，請在希望更換時聯絡您的學生健康中心。



第 5 步：進行預約

- 告訴他們您是一名新患者還是之前曾來就診過。
- 提供您的醫療計劃名稱。詢問他們是否接受您的保險。
- 告訴他們為您就診的服務提供者的名稱，以及您需要預約的原因。
- 詢問對您來說方便的日期或時間。
- 詢問您在參加預約時需要攜帶什麼。

第 6 步：為您的回診做準備

- 隨身攜帶您的保險卡。
- 了解您的健康史，例如之前患的嚴重疾病或受的嚴重傷害，這些疾病或傷害發生的時間，以及任何已知的藥物過敏，過去的疫苗接種以及家族健康史。
- 利用您服用的藥物製作一個清單。
- 攜帶一份供討論的問題和事項清單，並在回診期間做筆記。
- 讓某人陪同您，以便在您需要時給予幫助。

第 7 步：決定服務提供者是否適合您

- 您在面對為您回診的服務提供者時是否感到自在？
- 您能否理解您的服務提供者的話語？您的服務提供者是否理解了您的話語？
- 您是否認為您和您的服務提供者一起可以做出明智的決定？
- 請記住：您可以更換為其他的服務提供者！

如果您要更換您的服務提供者，請移至第 4 步。

第 8 步：預約後的後續步驟

- 遵循服務提供者的說明。
- 按給您的任何處方配藥。按指示服藥。
- 在需要時安排追蹤回診。
- 審查您的福利說明以確保其正確無誤。
- 支付您的醫療賬單。
- 如有任何疑問，請聯絡您的服務提供者或學生健康中心。

