MDwise
A McLaren Company

သင်နှင့် သင့်မိသားစုအတွက်
အမြော်အမြင်ရှိသော ရွေးချယ်မှု

သင့်အတွက် MDwise ကျန်းမာရေးအစီအစဉ်များ လမ်းညွှန်

MDwise သည် အင်ဒီယာနာအခြေစိုက် ကျန်းမာရေးအာမခံကုမ္ပဏီ ဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် အင်ဒီယာနာရှိ မိသားစုများအတွက် အရည်အသွေးမြင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို ပေးအပ်ပါသည်။ MDwise သည် အင်ဒီယာနာပြည်နယ်နှင့် ပူးပေါင်းပြီး Healthy Indiana Plan (HIP) နှင့် Hoosier Healthwise

MDwise အစီအစဉ် မည်သို့အလုပ်လုပ်သနည်း?

MDwise သည် သင့်အတွက် ကျန်းမာရေးစီမံကိန်း ဖြစ်သည်။ သင်နှင့် သင့်မိသားစု ကျန်းမာနေစေရန် သင်နှင့်တွဲကာ အလုပ်လုပ်မည့် ဆရာဝန်တစ်ယောက်ကို သင်ရွေးချယ်ရပါမည်။ သင့်အတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို MDwise ကွန်ယက်မှ ရရှိပါမည်။

အောက်ပါအချက်အလက်များကို MDwise.org ရှိ အသင်းဝင်လက်စွဲစာအုပ်တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်-

- ကြိုတင်ခွင့်ပြုချက် ရယူခြင်း (PA)။
- အသုံးချစီမံခန့်ခွဲ (UM) လုပ်ဆောင်ပုံအဆင့်များ။
- အကျုံးမဝင်သော ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ကွန်ယက်။
- ဝန်ဆောင်မှု သို့မဟုတ် ခံစားခွင့် ကန့်သတ်ချက်များ။
- အယူခံဝင်ခြင်းနှင့် အယူခံဝင်ခြင်းကို မည်သို့ တင်သွင်း လျှောက်ထားပုံ။
- သင့်ဆေးကုသမှု မှတ်တမ်းများကို မည်သို့ကြည့်ရှုနိုင်ကြောင်း ဖော်ပြသည့် အချက်အလက်များ။
- ဆေးဆိုင် ခံစားခွင့်များနှင့် အချက်အလက်များ။

MDwise သည် အင်ဒီယာနာတစ်ဝှမ်းတွင် ဆရာဝန်များ၊ အထူးကုများနှင့် ဆေးရုံများစွာဖြင့် ကျယ်ပြန့်သော ကွန်ယက်ကြီးကို ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သင်နှင့် သင့်မိသားစုကျန်းမာရေးအတွက် အမြော်အမြင်ရှိသော ရွေးချယ်မှုများနှင့် ဆေးကုသမှု ပင်ရင်းဌာနတစ်ခု ရွေးချယ်ခြင်းကို ကူညီပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ MDwise သည် အင်ဒီယာနာရှိ မိသားစုများအား အရည်အသွေးကောင်းပြီး ဈေးနှုန်းသင့်သော မိသားစုလုံးတစ်ခုလုံးစာ ကျန်းမာရေးအာမခံကို စီစဉ်ပေးနိုင်သည့်အတွက် ဂုဏ်ယူမိပါသည်။

MDwise အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အရည်အသွေးကို တိုင်းတာသည့် နိုင်ငံပိုင်အဖွဲ့အစည်းမှ အသိအမှတ်ပြုထားပါသည်။ ထိုအဖွဲ့ကို အရည်အသွေး အာမခံချက် အမျိုးသားကော်မတီ (NCQA) ဟု ခေါ်ပါသည်။ MDwise Hoosier Healthwise နှင့် Healthy Indiana Plan သည် ကျန်းမာရေးအစီအစဉ် အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ် ရရှိထားပြီးဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ MDwise သည် အရည်အသွေး စံချိန်စံနှုန်းများနှင့် စွမ်းဆောင်ရည် တိုင်းတာချက်များကို သုံးသပ်စစ်ဆေးမှုများတွင် အောင်မြင်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

MDwise စစ်တမ်းကို ဖြေဆိုကြသော အဖွဲ့ဝင်တို့၏

97%

သည် သူတို့၏ မိသားစုများနှင့် မိတ်ဆွေများအား MDwise ဝန်ဆောင်မှုရယူရန် အကြံပြုကြပါသည်။

2020 MDwise အဖွဲ့ဝင် စိတ်ကျေနပ်မှု စစ်တမ်း

Healthy Indiana Plan (HIP)

Healthy Indiana Plan (HIP) ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း?

Healthy Indiana Plan (HIP) သည် စျေးနှုန်းသက်သာသော ကျန်းမာရေးအာမခံဖြစ်ပြီး အင်ဒီယာနာကျန်းမာရေးအာမခံ သို့မဟုတ် Medicare အတွက် အကျုံးမဝင်သော အသက် 19-64 နှစ်အတွင်းရှိ Hoosier လူကြီးများအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအစီအစဉ်တွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ ပါဝင်ပါသည်။

သင်သည် အောက်ပါလိုအပ်ချက်အားလုံးနှင့် ကိုက်ညီပါက HIP အတွက် အကျုံးဝင်ပါသည်-

- သင်သည် အသက် 19-64 အတွင်းရှိ မသန်စွမ်း မဟုတ်သည့် အရွယ်ရောက်သူ ဖြစ်ရမည်။
- သင်သည် အခြားသော အင်ဒီယာနာ ကျန်းမာရေးအာမခံ သို့မဟုတ် Medicare တို့တွင် အကျုံးမဝင်သူ ဖြစ်ရမည်။
- သင့် အိမ်ထောင်စု ဝင်ငွေသည် FPL (ဖယ်ဒရယ် ဆင်းရဲမွဲတေမှု အဆင့်) ၏ 0 မှ 138 အတွင်း သို့မဟုတ် အောက် ဖြစ်ရမည်။
- သင်သည် တရားဝင် အမေရိကန်တွင် နေထိုင်သူဖြစ်ရမည်။

အထက်ပါ လိုအပ်ချက်အားလုံးနှင့် ကိုက်ညီလျှင် သင်အရည်အချင်းမီပါသည်။

- သင်သည် မိဘ သို့မဟုတ် အကူးအပြောင်းကာလ ဆေးကုသမှုအထောက်အကူ (Transitional Medical Assistance) အောက်တွင် အကျုံးဝင်သော ပြုစုသူ ဆွေမျိုးသားချင်း ဖြစ်ရမည်။
- လိုအပ်နေသော မိသားစုများအတွက် ယာယီအထောက်အပံ့ (TANF) အတွက် သင်အရည်အချင်းမီပါသည်။
- SNAP ခံစားခွင့်များအတွက် သင်အရည်အချင်းမီပါသည်။

HIP အစီအစဉ် နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ အစီအစဉ်တစ်ခုစီတွင် မတူညီသော ခံစားခွင့်များ ရှိပါသည်။

HIP Plus အကျိုးကျေးဇူးများ
- သွား၊ မျက်လုံး၊ ကျောရိုးအဆစ်အမြစ် အနေအထား ပြုပြင်ကုသမှု ဝန်ဆောင်မှုများ ပါဝင်ပါသည်။
- နည်းသော လစဉ်ထည့်ဝင်ငွေများ
- ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကုန်ကျရန်မလိုပါ။

HIP Basic ခံစားခွင့်များ
- အနိမ့်ဆုံး မရှိမဖြစ် အာမခံ။
- ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ပေးချေရပါသည်။
- အကုန်အကျ ပိုများနိုင်ပါသည်။

မည်သို့ လျှောက်ထားရမည်နည်း?

- လူကိုယ်တိုင် လျှောက်ထားနိုင်သော ဌာနများ၏ စာရင်းကို **MDwise.org/EnrollmentCenters** တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။
- HIP နှင့်/သို့မဟုတ် SNAP ကို အွန်လိုင်းမှ လျှောက်ရန် **MDwise.org/ApplyHIP** သို့ သွားပါ။
- ဖုန်းမှတစ်ဆင့် လျှောက်ရန် **1-800-403-0864** သို့ ခေါ်ပါ။

HIP နှင့်ပတ်သတ်ပြီး မေးမြန်းလိုပါက ဆက်သွယ်ရန် **1-877-Get-HIP-9 (1-877-438-4479)**.

POWER အကောင့်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း?

MDwise HIP အသင်းဝင်များ အားလုံးတွင် တစ်ကိုယ်ရည် သာယာဝပြောရေးနှင့် တာဝန်ယူမှုအကောင့် သို့မဟုတ် "POWER အကောင့်" ရှိကြပါသည်။ အသင်းဝင်များသည် အကျုံးဝင်သော ဆေးကုဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကနဦးကုန်ကျငွေ $2,500 ကို အကောင့်ထဲမှ သုံးကြပါသည်။ ရောဂါကာကွယ်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများသည် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး အကန့်အသတ်မရှိပါ။ ထိုအရာများအတွက် သင့် POWER အကောင့်ထဲမှ မသုံးစွဲပါ။

သင်၏ POWER အကောင့်ကို သင်၏ လစဉ်ထည့်ဝင်ငွေနှင့် ပြည်နယ်အစိုးရ ထည့်ဝင်ငွေတို့ဖြင့် လည်ပတ်နေခြင်းဖြစ်သည်။ သင်၏ လစဉ်ထည့်ဝင်ငွေအား သင့်မိသားစုအရွယ်အစား၊ သင့်ဝင်ငွေတို့အပေါ် မူတည်တွက်ချက်ပါသည်။ သင်၏ လစဉ်ထည့်ဝင်ငွေကို စတင်ပေးသည်နှင့် သင့်ကို စာရင်းသွင်းလိုက်ပါသည်။ အလုပ်ရှင်တစ်ဦး သို့မဟုတ် အမြတ်အစွန်းမရည်ရွယ်သော အဖွဲ့အစည်း တစ်ခုခုသည် သင်၏ လစဉ် POWER အကောင့် ထည့်ဝင်ငွေအချို့ သို့မဟုတ် အားလုံးကို ကူညီထည့်ဝင်ပေးနိုင်ပါသည်။ အလုပ်ရှင်တစ်ဦးအကြောင်း သို့မဟုတ် အမြတ်အစွန်းမရည်ရွယ်သော အဖွဲ့အစည်း ထည့်ဝင်ငွေအကြောင်း အသေးစိတ်သိရှိရန် **MDwise.org/employer-thirdparty** တွင် လေ့လာပါ။

MDwise Healthy Indiana Plan အသင်းဝင်များသည် များစွာသော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများကို ရနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်သည်တို့မှာ-

- ဆရာဝန်နှင့် ဆေးစစ်ခြင်း။
- အပြုအမူနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ။
- သွားနှင့် မျက်လုံးကျန်းမာရေး (သင့်အကျိုးခံစားခွင့် အစီအစဉ်ပေါ် မူတည်သည်)။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအတွက် မီးဖွားဝန်ဆောင်မှုများ။
- ဆရာဝန်နှင့် တွေ့ရန် အခမဲ့ ကြိုပို့ခြင်း (သင့်ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်ပေါ် မူတည်ပါသည်)။
- ဆရာဝန် ညွှန်ကြားသည့်ဆေး အကျုံးဝင်မှု။
- ခွဲစိတ်ကုသမှု၊ အတွင်းလူနာ၊ ပြင်ပလူနာ၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ ဝန်ဆောင်မှုများ။
- ဝဘ်ဆိုက်မှတစ်ဆင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ရောဂါဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ။

အကျုံးမဝင်သော ဝန်ဆောင်မှုများက ဘာတွေလဲ

HIP အစီအစဉ်တွင် အကျုံးမဝင်သော ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအချို့ ရှိပါသည်။ အဆိုပါဝန်ဆောင်မှုများ စာရင်းအပြည့်အစုံကို Healthy Indiana Plan အသင်းဝင်လက်စွဲစာအုပ် စာမျက်နှာ 19 တွင် ကြည့်ပါ။ အသင်းဝင်လက်စွဲစာအုပ် ကို MDwise ဝဘ်ဆိုက် **MDwise.org/hip/handbook** တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။

ဆက်သွယ်ရန်-

အသုံးပြုသူဝန်ဆောင်မှု

1-800-356-1204

8 a.m.–8 p.m., တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့။

အခြားဘာသာစကားများ ရနိုင်ပါသည်

MDwise Healthy Indiana Plan

P.O. Box 44236

Indianapolis, IN 46244-0236

MDwise.org/HIP

ဆရာဝန်ရှာဖွေရန် MDwise.org/findadoctor သို့သွားပါ

Hoosier Healthwise

Hoosier Healthwise ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း?

Hoosier Healthwise သည် အသက် 19 နှစ်အောက် Hoosier ကလေးများအတွက် Medicaid ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။ သင်၏ အိမ်ထောင်စု အရွယ်အစားနှင့် ဝင်ငွေအရ အကျုံးဝင်မှု ရှိ မရှိကို ပြည်နယ်မှ ဆုံးဖြတ်ပါသည်။

Hoosier Healthwise သတ်မှတ်ချက်ကို ပြည့်မီရန် အောက်ပါအချက်များ ရှိရပါမည်-

- သင်သည် အသက် 19 နှစ်အောက်ဖြစ်ပြီး ဝင်ငွေနည်းသော အိမ်ထောင်စုမှ ဖြစ်ရမည်။
- SNAP ခံစားခွင့်များအတွက် သင်အရည်အချင်းမီပါသည်။
- သင်သည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးဖြစ်ပြီး Healthy Indiana Plan (HIP) တွင် စာရင်းသွင်းမထားသူ၊ အကျုံးမဝင်သူ ဖြစ်ရမည်။

MDwise Hoosier Healthwise အသင်းဝင်များသည် ကျန်းမာရေးဝင်ဆောင်မှု များစွာကို ရနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်သည်တို့မှာ-

- ဆရာဝန်နှင့် ဆေးစစ်ခြင်း။
- အပြုအမူနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ။
- ဆရာဝန်ဆီသို့ အကြိုအပို့ (C အုပ်စုဝင် များမှလွဲပြီး)။
- ကျောင်းအခြေပြု ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ။
- သွားနှင့် မျက်လုံး ကျန်းမာရေး။
- ဆရာဝန် ညွှန်ကြားသည့်ဆေး အကျုံးဝင်မှု ($3-10 မှ စတင်ပြီး စားရိတ်မျှပေးခြင်းများ)။
- ခွဲစိတ်ကုသမှု၊ အတွင်းလူနာ၊ ပြင်ပလူနာ၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ ဝန်ဆောင်မှုများ။
- ဝဘ်ဆိုက်မှတစ်ဆင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ရောဂါဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ။

အကျုံးမဝင်သော ဝန်ဆောင်မှုများက ဘာတွေလဲ

Hoosier Healthwise တွင် အကျုံးမဝင်သော ဝန်ဆောင်မှုအချို့ ရှိပါသည်။ အဆိုပါဝန်ဆောင်မှုများ စာရင်းအပြည့်အစုံကို Hoosier Healthwise အသင်းဝင်လက်စွဲစာအုပ် စာမျက်နှာ 3 တွင် ကြည့်ပါ။ အသင်းဝင်လက်စွဲစာအုပ် ကို MDwise ဝဘ်ဆိုက် **MDwise.org/hoosierhealthwise/handbook** တွင် ရနိုင်ပါသည်။

မည်သို့ လျှောက်ထားရမည်နည်း?

- လူကိုယ်တိုင်လျှောက်ထားနိုင်သော စာရင်းသွင်းဌာနများ၏ စာရင်းကို **MDwise.org/EnrollmentCenters** တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။
- HHW သို့မဟုတ် SNAP ကို အွန်လိုင်းမှ လျှောက်ရန် **MDwise.org/ApplyHHW** သို့သွားပါ။
- ဖုန်းမှတစ်ဆင့် လျှောက်ရန် **1-800-403-0864** သို့ ခေါ်ပါ။

ဆက်သွယ်ရန်-

အသုံးပြုသူ ဝန်ဆောင်မှု

1-800-356-1204

8 a.m.–8 p.m. တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့၊

အခြားဘာသာစကားများ ရနိုင်ပါသည်

MDwise Hoosier Healthwise

P.O. Box 441423

Indianapolis, IN 46244-1423

MDwise.org/hoosierhealthwise

ဆရာဝန်ရှာဖွေရန် MDwise.org/findadoctor သို့သွားပါ

myMDwise

myMDwise ကို တစ်ပတ်လျှင် 7 ရက်၊ တစ်ရက်လျှင် 24 နာရီ **MDwise.org** တွင် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။
သင် myMDwise ကို အသုံးပြုသောအခါ၊ အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်-

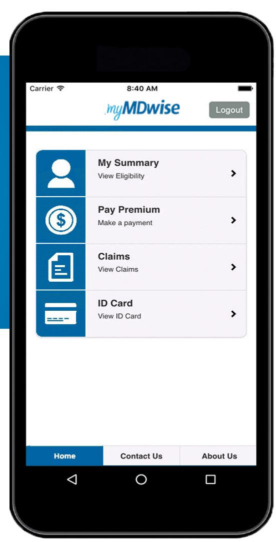
- လက်ရှိ သင့်ဆရာဝန်၏ အမည် အပါအဝင် ယေဘုယျ အချက်အလက်များကို ကြည့်ရှုခြင်း
- သင်၏ အသင်းဝင် ID ကတ်ကို ပရင့်ထုတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ရယူခြင်း၊
- သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုခြင်း (ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကို စစ်ဆေးခြင်း)၊
- သင်၏ MDwiseRewards ကို ကြည့်ရှုရွေးချယ် ထုတ်ယူခြင်း၊
- သင့် POWER အကောင့် စာရင်းလက်ကျန်ကို ကြည့်ရှုခြင်း (HIP အသင်းဝင်များသာ)၊
- သင်၏ ဆေးဆိုင် တောင်းခံလွှာများကို ကြည့်ရှုခြင်း၊
- သင့်တောင်းဆိုမှုသည် ရောဂါကြိုတင် ကာကွယ်မှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုအဖြစ် ပြည့်မီခြင်းရှိ မရှိကို ကြည့်ခြင်း (HIP အသင်းဝင်များသာ)၊

myMDwise အတွက် စာရင်းသွင်းရန် **MDwise.org/myMDwise** သို့သွားပြီး "Create New Account" ကိုနှိပ်ပါ။ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် အဆင့်ဆင့်ကို သင့်အား လမ်းညွှန်ပေးပါလိမ့်မည်။

အင်တာနက်အသုံးပြုခွင့် မရှိဘူးလား။ MDwise ဖောက်သည်ဝန်ဆောင်မှုကို ဖုန်းခေါ် ဆိုပါ။

myMDwise မိုဘိုင်း App

myMDwise မိုဘိုင်း app ကို သင့်ဖုန်းတွင် အသုံးပြုပြီး သင်၏ ကျန်းမာရေး ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုကို စီမံခန့်ခွဲပါ။ သင့်ဖုန်း၏ app store ကို သွားပါ။ ထို့နောက် "MDwise" ဟု ရေးသားပြီး ရှာဖွေပါ။ ဒေါင်းလုတ်ဆွဲပါ။



Download on the App Store

GET IT ON Google Play

MDWISE အထူး အစီအစဉ်များ

MDwise သည် သင်နှင့် သင့်မိသားစု ကျန်းမာရေးအတွက် အခြားသော အထူးအစီအစဉ်များကိုလည်း ပေးအပ်ပါသည်။ အောက်ပါတို့သည် အသင်းဝင်အားလုံးအတွက် ရနိုင်သော အစီအစဉ်များ ဖြစ်ပါသည်။ ပိုမိုသိရှိရန် **MDwise.org** တွင် လေ့လာပါ။

NURSEon-call

တစ်ခါတစ်ရံ သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မေးမြန်းလိုသည်များ ရှိတတ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ 24-နာရီ ဖုန်းလိုင်းသို့ ဆက်သွယ်ပြီး သူနာပြုနှင့် ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။

WEIGHTwise

WEIGHTwise သည် ကိုယ်အလေးချိန်ထိန်းချုပ်ရေးတွင် လက်တလော အချက်အလက်များ ပေးသည့် အသုံးချစရာ ကိရိယာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ WEIGHTwise သည် ကျန်းမာစွာနေထိုင်ရန် အရင်းအမြစ်များစွာ ပေးပါသည်။

RIDEwise

MDwise အသင်းဝင်များသည်* ဆရာဝန်နှင့် သွားဆေးခန်းသို့ သွားရောက်ပြသသည့်အခါများတွင် အခမဲ့ ပို့ဆောင်ရေးကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

SMOKE-free

SMOKE-free သည် မည်သို့ ဆေးလိပ်ဖြတ်ရမည်ကို သင်ယူလိုသော အသင်းဝင်များအတွက် ဖြစ်သည်။

INcontrol

MDwise တွင် ပန်းနာ၊ ADHD သို့မဟုတ် စိတ်ကျဝေဒနာ ကဲ့သို့ အချို့သော ကျန်းမာရေးအခြေအနေများရှိသည့် အသင်းဝင်များအတွက် အထူးအစီအစဉ်များ ရှိပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရောဂါ စီမံခန့်ခွဲရေးမှ ကူညီနိုင်ပါသည်။

BLUEBELLE beginnings

BLUEBELLEbeginnings သည် MDwise ကိုယ်ဝန်ဆောင် အသင်းဝင်များအတွက် အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ MDwise သည် Bluebelle အသိုင်းအဝန်း ရင်သွေးငယ်ကြိုဆိုပွဲများ ပြုလုပ်ပေးပြီး အရင်းမြစ်များစွာကို ပေးအပ်ပါသည်။

HELPlink

HELPlink သည် အသင်းဝင်များကို လူမှုအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးသော MDwise အစီအစဉ်ဖြစ်သည်။ အဆိုပါအဖွဲ့အစည်းများသည် အိမ်ယာ၊ အသုံးအဆောင် အဖိုးအခများ၊ အလုပ်နေရာချထားမှုများနှင့် အခြားများစွာတို့အတွက် ကူညီနိုင်ပါသည်။ အကူအညီအတွက် **gethelp.mdwise.org** သို့ ဝင်ရောက်ပါ သို့မဟုတ် 1-800-356-1204 သို့ ခေါ်ပါ။

MDwise REWARDS

MDwise တွင် Hoosier Healthwise နှင့် Healthy Indiana Plan အသင်းဝင်များအတွက် ဆုပေးသည့် အစီအစဉ်တစ်ခု ရှိပါသည်။ သင်သည် အခမဲ့ လက်ဆောင်ကဒ်များ ရရှိရန် အမှတ်များ ရယူနိုင်ပါသည်။ အောက်ပါလုပ်ရှားမှုများသည် အမှတ်ရနိုင်သည့် နည်းလမ်းများထဲမှ အချို့ဖြစ်သည်-

- myMDwise အတွက် စာရင်းသွင်းပြီး သင့်အီးမေလ်းကို ပေးပါ။
- သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုခြင်း (ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကို စစ်ဆေးခြင်း)၊
- နှစ်စဉ် ကိုယ်ခန္ဓာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ပါ။
- သွား စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ပါ။
- လိုအပ်သော well-child ကျန်းမာ-ကလေး စစ်ဆေးခြင်းများ အားလုံး ပြုလုပ်ပါ။
- နှစ်စဉ် ရင်သားကင်ဆာ စစ်ဆေးမှု ဓါတ်မှန်ရိုက်ပါ။
- မီးမဖွားမီ ဆရာဝန်နှင့် ချိန်းဆိုချက်များ အားလုံးသို့ သွားပါ။
- သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စစ်ဆေးမှုကိုကို ရယူပါ (Pap စစ်ဆေးခြင်း)။
- မီးဖွားပြီးစကာလ စမ်းသပ် စစ်ဆေးခြင်းသို့ သွားပါ။
- သင့်မှာ ဆီးချိုသွေးချို ရောဂါရှိပါက နှစ်စဉ် HbA1c စစ်ဆေးမှုကို ယူခဲ့ပါ (သွေးတွင်းသကြားဓာတ် အထူးစစ်ဆေးခြင်း)။
- 1 နှစ် နှင့် 2 နှစ် အရွယ် ကလေးအားလုံးအတွက် ခဲဓာတ်ပါဝင်မှု စစ်ဆေးပါ။
- ဆေးရွက်ကြီးဖြတ်ခြင်း အစီအစဉ်ကို ပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။
- တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး ထိုးပါ။
- စိတ်ကျန်းမာရေး ဆေးရုံတက်ပြီး 7 ရက်အတွင်း နောက်ဆက်တွဲ ပြသမှု ရယူပါ။
- အားကစားရုံသို့ တစ်လလျှင် အနည်းဆုံး ငါးကြိမ်သွားပါ။

အမှတ်များ ရရန် MDwiseREWARDS တွင် စာရင်းသွင်းဖို့ မလိုပါ။ အသင်းဝင်များသည် အလိုအလျောက် စာရင်းဝင်ပြီးဖြစ်သည်။ ပိုမိုသိရှိရန် **MDwise.org/MDwiseREWARDS** တွင် ကြည့်နိုင်ပါသည်။ အင်တာနက်မရပါက MDwise ဖောက်သည်ဝန်ဆောင်မှုကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

ဘယ်လိုလက်ဆောင်ကဒ်မျိုး ရနိုင်ပါသလဲ။

$10: Subway, iTunes, AMC ရုပ်ရှင်လက်မှတ်များ

$25: Kroger, Walgreens, Target, Amazon

$50: Kohl's, Target, Speedway

သို့မဟုတ် သင့်အမှတ်များကို HIP Plus အတွက် HIP POWER အကောင့်သို့ ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။

SAVEwise

SAVEwise သည် MDwise အသင်းဝင်များအတွက် အဖိုးတန် လျှော့စျေးများကို ပေးအပ်ပါသည်!

MDwise သည် အမျိုးအစား 300,000 ကျော် လျှော့စျေး အစီအစဉ်သစ်တစ်ခုကို အသင်းဝင်များအတွက် ပေးရန် စိတ်လှုပ်ရှားမိပါသည်။

သင် အလိုရှိသော သို့မဟုတ် လိုအပ်သော အရာများအတွက် လျှော့စျေးရမည့် အခွင့်အရေးရှိပါသည်။ ဥပမာ စတိုးဆိုင်ကူပွန်များ၊ WeightWatchers, Globalfit အားကစားရုံ၊ ကားထိန်းသိမ်းပြုပြင်ခြင်း၊ အစားအစာမျိုးစုံ၊ စာသောက်ဆိုင်နှင့် အစားအသောက် ပို့ဆောင်မှု၊ မိသားစု ပျော်စရာနှင့် အခြားအရာများစွာ!

ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နည်းများ၊ ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်း ဗီဒီယိုများ၊ အဟာရအကြံပေးချက်များနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အချက်အလက်များလည်း ရှိပါသည်။

စာရင်းပေးရန် အသင်းဝင်များသည် **myMDwise** အကောင့်သို့ ဝင်ပြီး Quick Links သို့မဟုတ် My Benefits အောက်ရှိ **SAVEwise** လင့်ခ်ကို နှိပ်ပါ။

အခြားသော ဘာသာစကားများ၊ ပုံစံများဖြင့် အချက်အလက်များ ရယူခြင်း

အကယ်၍ သင့်အသင်းဝင် လက်စွဲစာအုပ်နှင့် အခြား MDwise သတင်း အချက်အလက်များကို အခြားနည်းလမ်း ပုံစံများဖြင့် ရယူလိုပါလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ သိပါရစေ။ ဥပမာ၊ သင်သည် သတင်းအချက်အလက်များကို အခြားဘာသာစကား၊ ပုံနှိပ်စာလုံးကြီးများ၊ မျက်မမြင်စာများ၊ သို့မဟုတ် အသံသွင်းထားသော တိပ်ခွေများအနေဖြင့် ရယူလိုပါလျှင် MDwise ဖောက်သည် ဝန်ဆောင်မှုဌာနသို့ ဖုန်းဆက်ပါ။

HHW-HIPO0048 (6/21) (3/21)
ပြင်ဆင်မွမ်းမံ။ ဇွန်လ၊ 2019
HHW-HIPO0048 (3/18)

MDwise complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. MDwise does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. If you, or someone you're helping, has questions about MDwise, you have the right to get help and information in your language at no cost. To talk to an interpreter, call 1-800-356-1204.

MDwise cumple con todas las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina sobre la base de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo. MDwise no excluye a personas ni las trata de manera diferente a causa de la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo. Si usted, o alguien a quien usted está ayudando, tiene preguntas sobre MDwise, usted tiene el derecho de obtener ayuda e información en su idioma sin costo. Para hablar con un intérprete, llame al 1-800-356-1204.

MDwise သည် သင့်လျော်သော ဖက်ဒရယ် နိုင်ငံသားအခွင့်အရေး ဥပဒေကို လိုက်နာပြီး လူမျိုး၊ အသား အရောင်၊ မူလနိုင်ငံသား၊ အသက်အရွယ်၊ မစွမ်းမသန်မှု၊ သို့မဟုတ် လိင် တို့ကြောင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း မရှိပါ။ MDwise သည် လူမျိုး၊ အသား အရောင်၊ မူလနိုင်ငံသား၊ အသက်အရွယ်၊ မစွမ်းမသန်မှု၊ သို့မဟုတ် လိင် တို့ကြောင့် လူများကို ငြင်းပယ်ခြင်း၊ ကွဲပြားစွာ ဆက်ဆံခြင်း မရှိပါ။ သင် သို့မဟုတ် သင်ကူညီနေသူ တစ်ဦးဦးက MDwise နှင့်ပတ်သက်၍ မေးခွန်းရှိလာပါက ကုန်ကျစရိတ် ပေးရန်မလိုဘဲ မိမိဘာသာစကားဖြင့် အကူအညီရယူနိုင်သည်။ စကားပြန်နှင့် ပြောလိုပါက 1-800-356-1204 သို့ ခေါ်ဆိုပါ။

MDwise

A McLaren Company

ဆရာဝန်များစွာရှိသည့် ကွန်ယက်ကြီး MDwise သည် သင့်အနီးနားတွင် အရည်အသွေးအမြင့်ဆုံး ပေးနိုင်သော ဆရာဝန်နှင့် ဆေးရုံများ ရှိထားပါသည်။

MDwiseREWARDS. လှုပ်ရှားမှုမျိုးစုံအတွက် အမှတ်များယူထားပါ။ ထို့နောက် သင့်အမှတ်များဖြင့် အခမဲ့ လက်ဆောင်ကဒ်များ ရယူပါ။

အထူး အစီအစဉ်များ။ MDwise သည် သင်နှင့် သင့်မိသားစုတို့ ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နိုင်စေရန် အခြားသော အစီအစဉ်များစွာကိုလည်း ပေးအပ်ပါသည်။

အင်ဒီယာနာ အခြေစိုက် MDwise သည် အင်ဒီယာနာရှိ မိသားစုများကိုသာ စောင့်ရှောက်မှုပေးပါသည်။

အကျိုးအမြတ်မယူသော ကုမ္ပဏီ MDwise အရင်းအမြစ်များကို အသင်းဝင်များအတွက် အရည်အသွေးမြင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးရန်သာ အသုံးပြုပါသည်။

1994 မှ စတင်ပြီး အင်ဒီယာနာ မိသားစုများအတွက် ကျန်းမာရေးအာမခံကို ပေးအပ်နေပါသည်။