

Μείνετε Υγιείς

υπηρεσίες πρόληψης
της Medicare

[Medicare.gov](https://www.Medicare.gov)



Medicare

Σχετικά με αυτό το φυλλάδιο

Οι προληπτικές υπηρεσίες είναι υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης που σας βοηθούν να αποτρέψετε ή να βρείτε προβλήματα υγείας σε πρώιμο στάδιο και να παραμείνετε υγιείς. Αυτό το φυλλάδιο περιγράφει τις προληπτικές υπηρεσίες που καλύπτει το Original Medicare. Το Αρχικό Medicare (Original Medicare) περιλαμβάνει το Μέρος Α (Νοσοκομειακή Ασφάλιση) και το Μέρος Β (Ιατρική Ασφάλιση) της Medicare. Συζητήστε με το γιατρό σας ή άλλο πάροχο υγειονομικής περίθαλψης για να μάθετε ποιες προληπτικές υπηρεσίες είναι κατάλληλες για εσάς και πόσο συχνά τις χρειάζεστε.

Τι θα πληρώσετε

Αν έχετε το Μέρος Β, δεν θα πληρώσετε τίποτα για πολλές υπηρεσίες πρόληψης αν τις λάβετε από γιατρό ή άλλο εξειδικευμένο πάροχο ιατρικής φροντίδας που αποδέχεται την εργασία. Ανάθεση είναι η συμφωνία με το γιατρό σας, πάροχο ή προμηθευτή που θα πληρωθεί απευθείας από τη Medicare, για να αποδεχτεί το ποσό πληρωμής που η Medicare εγκρίνει για την υπηρεσία, και να μην σας χρεώσει για περισσότερα από το ποσό που εκπίπτει από το Medicare και τυχόν ισχύοντα ποσά συνασφάλισης ή συμμετοχής.

Εάν έχετε το Medicare Advantage ή άλλο πρόγραμμα υγείας της Medicare, ορισμένα προγράμματα ενδέχεται να μην χρεώνουν εκπτώσεις, συμπληρωμές ή συνασφάλιση για ορισμένες προληπτικές υπηρεσίες εντός δικτύου που καλύπτονται από το Medicare. Επικοινωνήστε απευθείας με τον διαχειριστή του προγράμματος ή των παροχών σας για να μάθετε περισσότερα σχετικά με το κόστος και την κάλυψη για προληπτικές υπηρεσίες. Συνήθως μπορείτε να βρείτε τα στοιχεία επικοινωνίας του προγράμματός σας στην κάρτα μέλους του προγράμματός σας. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα προγράμματα υγείας της Medicare, επισκεφθείτε [Medicare.gov/health-drug-plans/health-plans](https://www.medicare.gov/health-drug-plans/health-plans).



Υπηρεσίες πρόληψης που καλύπτονται από Medicare

Αυτή η ενότητα απαριθμεί τις προληπτικές υπηρεσίες που καλύπτει η Medicare με αλφαβητική σειρά.

Για να μάθετε εάν η Medicare καλύπτει μια υπηρεσία ή εξέταση για άνδρες, γυναίκες ή άνδρες και γυναίκες, αναζητήστε ένα από αυτά τα σύμβολα δίπλα σε κάθε προληπτική υπηρεσία:

Μόνο για
άνδρες



Μόνο για
γυναίκες



Άνδρες &
γυναίκες





Προληπτικοί έλεγχοι κοιλιακού αορτικού ανευρύσματος

Οι προληπτικοί έλεγχοι ανευρύσματος κοιλιακής αορτής ελέγχουν για ανευρύσματα (εξογκώματα στα αιμοφόρα αγγεία) στην κοιλιακή περιοχή. Η Medicare καλύπτει ένα υπερηχογράφημα προληπτικού ελέγχου ανευρύσματος κοιλιακής αορτής μία φορά στη ζωή σας εάν είστε σε κίνδυνο και λάβετε παραπομπή από το γιατρό σας ή άλλο πάροχο υγειονομικής περίθαλψης. Θεωρείστε ότι βρίσκεστε σε κίνδυνο αν έχετε οικογενειακό ιστορικό ανευρυσμάτων κοιλιακής αορτής, ή είστε άνδρας μεταξύ 65-75 και έχετε καπνίσει τουλάχιστον 100 τσιγάρα στη ζωή σας.



Προληπτικοί έλεγχοι και συμβουλευτική για κατάχρηση αλκοόλ

Οι προληπτικές εξετάσεις ελέγχου κατάχρησης αλκοόλ περιλαμβάνουν ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση αλκοόλ. Η Medicare καλύπτει έναν έλεγχο κατάχρησης αλκοόλ κάθε χρόνο για ενήλικες που χρησιμοποιούν αλκοόλ, αλλά δεν πληρούν τα ιατρικά κριτήρια για εξάρτηση από το αλκοόλ. Αν ο γιατρός πρωτοβάθμιας φροντίδας ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης καθορίσει ότι κάνετε κατάχρηση αλκοόλ, μπορείτε να έχετε μέχρι 4 σύντομες, κατ' ιδίαν συνεδρίες συμβουλευτικής κάθε χρόνο (αν είστε σε θέση να συμμετέχετε στη συμβουλευτική). Πρέπει να κάνετε τη συμβουλευτική σε ένα περιβάλλον πρωτοβάθμιας περίθαλψης (όπως το γραφείο ενός γιατρού).



Μετρήσεις οστικής μάζας

Οι μετρήσεις οστικής μάζας μπορούν να βοηθήσουν να διαπιστώσουμε αν κινδυνεύετε από σπασμένα κόκαλα. Η Medicare καλύπτει αυτές τις εξετάσεις μία φορά κάθε 24 μήνες (ή συχνότερα, αν είναι ιατρικά απαραίτητο) για ορισμένα άτομα που κινδυνεύουν από οστεοπόρωση.



Συμπεριφορική θεραπεία για καρδιαγγειακά

Η καρδιαγγειακή συμπεριφορική θεραπεία βοηθά στη μείωση του κινδύνου για καρδιαγγειακές παθήσεις (καταστάσεις που επηρεάζουν την καρδιά και τα αιμοφόρα αγγεία). Η Medicare καλύπτει μία επίσκεψη καρδιαγγειακής συμπεριφορικής θεραπείας κάθε χρόνο με τον γιατρό πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή άλλο επαγγελματία πρωτοβάθμιας περίθαλψης σε περιβάλλον πρωτοβάθμιας περίθαλψης (όπως το γραφείο τους). Κατά τη διάρκεια της θεραπείας, ο γιατρός πρωτοβάθμιας περίθαλψης μπορεί να συζητήσει τη χρήση ασπιρίνης, να ελέγξει την αρτηριακή σας πίεση και να σας δώσει συμβουλές για τη διατροφή και την άσκηση.



Καρδιαγγειακοί προληπτικοί έλεγχοι

Οι εξετάσεις καρδιαγγειακών παθήσεων ελέγχουν για προβλήματα με την καρδιά και τα αιμοφόρα αγγεία σας, και ανακαλύπτουν εάν κινδυνεύετε από καρδιακές παθήσεις. Η Medicare καλύπτει αυτές τις εξετάσεις μια φορά κάθε 5 χρόνια. Οι εξετάσεις περιλαμβάνουν αιματολογικές εξετάσεις για τα επίπεδα χοληστερόλης, λιπιδίων και τριγλυκεριδίων που βοηθούν στην ανίχνευση καταστάσεων που μπορεί να οδηγήσουν σε καρδιακή προσβολή ή εγκεφαλικό επεισόδιο.



Προληπτικοί έλεγχοι καρκίνου τραχήλου της μήτρας και κόλπου

Η Medicare καλύπτει τα τεστ Παπανικολάου και τις πυελικές εξετάσεις για τον έλεγχο κολπικών και μητρικών καρκίνων. Ως μέρος της πυελικής εξέτασης, η Medicare καλύπτει επίσης μια κλινική εξέταση μαστού για τον έλεγχο του καρκίνου του μαστού. Οι περισσότερες γυναίκες με Medicare μπορούν να κάνουν αυτές τις εξετάσεις και ελέγχους μία φορά κάθε 24 μήνες. Εάν είστε σε υψηλό κίνδυνο για καρκίνο του τραχήλου της μήτρας ή του κόλπου ή εάν είστε σε αναπαραγωγική ηλικία και είχατε ένα μη φυσιολογικό τεστ Παπανικολάου τους τελευταίους 36 μήνες, μπορείτε να κάνετε αυτές τις εξετάσεις μία φορά κάθε 12 μήνες. Η Medicare επίσης καλύπτει τις εξετάσεις για τον Ιό των ανθρωπίνων θηλωμάτων (HPV) (ως μέρος των τεστ Παπ) μια φορά κάθε 5 χρόνια αν είστε μεταξύ 30-65 και δεν έχετε συμπτώματα HPV.



Προληπτικοί έλεγχοι για καρκίνο παχέος εντέρου

Οι προληπτικοί έλεγχοι του καρκίνου του παχέος εντέρου βοηθούν στην εύρεση προκαρκινικών πολυπόδων (όγκοι στο παχύ έντερο) ή στην εύρεση του καρκίνου του παχέος εντέρου νωρίς, όταν η θεραπεία είναι πιο αποτελεσματική. Εάν είστε 45 ετών και άνω ή διατρέχετε υψηλό κίνδυνο για καρκίνο του παχέος εντέρου, η Medicare καλύπτει μία ή περισσότερες από αυτές τις εξετάσεις:

- Κολονοσκόπησεις
- Εξετάσεις βιοδεικτών με βάση το αίμα
- Αξονική (CT) κολονοσκόπηση
- Εξέταση κοπράνων για λανθάνον αίμα
- Εύκαμπτη σιγμοειδοσκόπηση
- Εξετάσεις DNA κοπράνων πολλαπλών στόχων

Πόσο συχνά η Medicare πληρώνει αυτές τις εξετάσεις εξαρτάται από τις εξετάσεις και το επίπεδο κινδύνου για καρκίνο του παχέος εντέρου.



Συμβουλευτική για την πρόληψη της χρήσης καπνού και των ασθενειών που προκαλούνται από τον καπνό

Η Medicare καλύπτει την παροχή συμβουλών για να βοηθήσει τους ανθρώπους να σταματήσουν το κάπνισμα ή τη χρήση καπνού. Μπορείτε να πάρετε έως και 8 συμβουλευτικές συνεδρίες σε μια περίοδο 12 μηνών εάν χρησιμοποιείτε καπνό.



Εμβόλια COVID-19

Αυτά τα εμβόλια συμβάλλουν στη μείωση της πιθανότητας να αρρωστήσετε από το COVID-19 δουλεύοντας με τη φυσική άμυνα του οργανισμού για την ασφαλή ανάπτυξη ανοσίας (προστασίας) έναντι του ιού. Η Medicare καλύπτει εγκεκριμένα και εξουσιοδοτημένα από την FDA εμβόλια COVID-19 για όλα τα άτομα με Medicare.



Έλεγχοι κατάθλιψης

Η Medicare καλύπτει έναν προληπτικό έλεγχο κατάθλιψης ετησίως για όλους τους ανθρώπους της Medicare. Κατά τη διάρκεια του ελέγχου, ο γιατρός σας ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης θα σας κάνει μια σειρά ερωτήσεων για να μάθει εάν πάσχετε από κατάθλιψη. Πρέπει να κάνετε τον έλεγχο σε περιβάλλον πρωτοβάθμιας φροντίδας (όπως στο γραφείο ενός γιατρού) όπου μπορείτε να λάβετε θεραπεία παρακολούθησης και/ή παραπομπές σε πάροχο ψυχικής υγείας.

Εάν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε αγωνίζεται ή βρίσκεται σε κρίση, καλέστε ή στείλτε μήνυμα στο 988, τη δωρεάν και εμπιστευτική γραμμή ζωής αυτοκτονίας και κρίσης. Μπορείτε να καλέσετε και να μιλήσετε με έναν εκπαιδευμένο σύμβουλο κρίσεων 24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα. Μπορείτε επίσης να συνδεθείτε με έναν σύμβουλο μέσω διαδικτυακής συνομιλίας στο 988lifeline.org. Καλέστε το 911 εάν βρίσκεστε σε άμεση ιατρική κρίση.



Προληπτικοί έλεγχοι διαβήτη

Η Medicare καλύπτει τις εργαστηριακές εξετάσεις γλυκόζης αίματος (ζάχαρης) (νηστείας ή μη νηστείας) εάν ο γιατρός σας ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης διαπιστώσει ότι κινδυνεύετε να αναπτύξετε διαβήτη. Θεωρείστε ότι διατρέχετε κίνδυνο αν έχετε υψηλή πίεση αίματος, ιστορικό μη-φυσιολογικών επιπέδων κοιλιακής χοληστερόλης και τριγλυκεριδίων, παχυσαρκία ή ιστορικό υψηλού σάκχαρου.

Μπορεί επίσης να διατρέχετε κίνδυνο εάν 2 ή περισσότερες από αυτές τις προϋποθέσεις ισχύουν για εσάς:

- Είστε 65 ετών ή άνω
- Είστε υπέρβαροι
- Έχετε οικογενειακό ιστορικό διαβήτη (γονείς ή αδέρφια)
- Έχετε ιστορικό διαβήτη κύησης (διαβήτη κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης) ή παράδοση μωρού που ζυγίζει περισσότερο από 9 κιλά



Εκπαίδευση αυτοδιαχείρισης διαβήτη

Εάν έχετε διαγνωστεί με διαβήτη, η Medicare καλύπτει την εκπαίδευση αυτοδιαχείρισης του διαβήτη εξωτερικών ασθενών για να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε την ασθένειά σας. Το πρόγραμμά σας μπορεί να περιλαμβάνει συμβουλές για υγιεινό φαγητό και δραστηριότητα, για παρακολούθηση της γλυκόζης (ζάχαρης) αίματος, για τη λήψη συνταγογραφούμενων φαρμάκων και τη μείωση των κινδύνων. Για να λάβετε αυτή την εκπαίδευση, πρέπει να έχετε ένα γραπτό παραπεμπτικό από το γιατρό σας ή άλλον πάροχο υγειονομικής φροντίδας.



Εμβόλια γρίπης

Τα εμβόλια γρίπης μπορούν να σας προλάβουν από το να αρρωστήσετε με ιούς εποχικής γρίπης (γρίπης) κατά τη διάρκεια του φθινοπώρου και του χειμώνα. Η Medicare συνήθως καλύπτει αυτά τα εμβόλια μια φορά κάθε σαιζόν γρίπης.



Προληπτικές εξετάσεις γλαυκώματος

Οι προβολές γλαυκώματος ελέγχουν ανώδυνα την όρασή σας και την υγεία του οπτικού νεύρου για να αναζητήσουν σημάδια γλαυκώματος οφθαλμικής νόσου. Η Medicare καλύπτει αυτόν τον έλεγχο μια φορά κάθε 12 μήνες αν διατρέχετε υψηλό κίνδυνο για ανάπτυξη γλαυκώματος.



Εμβόλια ηπατίτιδας Β

Οι εμβολιασμοί για την ηπατίτιδα Β (εμβόλια) βοηθούν στην προστασία από τον ιό της ηπατίτιδας Β (HBV). Η Medicare καλύπτει αυτές τις λήψεις εάν πληροίτε τουλάχιστον μία από αυτές τις προϋποθέσεις: Δεν έχετε πάρει ποτέ μια πλήρη σειρά εμβολίων ηπατίτιδας Β, δεν γνωρίζετε το ιστορικό εμβολιασμού σας ή έχετε άλλη πάθηση ή κατάσταση που σας θέτει σε μεσαίο ή υψηλό κίνδυνο για ηπατίτιδα Β.



Έλεγχοι λοίμωξης από Ιό Ηπατίτιδας Β (HBV)

Οι εξετάσεις λοίμωξης από HBV βοηθούν να μάθετε εάν έχετε μολυνθεί με HBV. Η Medicare καλύπτει αυτές τις προληπτικές εξετάσεις εάν ένας γιατρός ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης παραγγείλει μία, και είστε είτε σε υψηλό κίνδυνο για λοίμωξη από HBV είτε είστε έγκυος. Η Medicare καλύπτει αυτόν τον έλεγχο κάθε χρόνο εάν είστε σε συνεχή υψηλό κίνδυνο και δεν κάνετε εμβόλιο ηπατίτιδας Β. Εάν είστε έγκυος, η Medicare καλύπτει αυτόν τον έλεγχο τις ακόλουθες φορές, ακόμη και αν έχετε προηγουμένως κάνει το εμβόλιο της ηπατίτιδας Β ή είχατε αρνητικά αποτελέσματα ελέγχου HBV: Η πρώτη σας προγεννητική επίσκεψη και κατά τη στιγμή του τοκετού (εάν έχετε νέο ή συνεχιζόμενο παράγοντα κινδύνου για λοίμωξη από HBV).



Προληπτικοί έλεγχοι του ιού της ηπατίτιδας C

Αυτοί οι προληπτικοί έλεγχοι βοηθούν να μάθετε εάν έχετε μολυνθεί από τον ιό της ηπατίτιδας C. Η Medicare καλύπτει τους προληπτικούς ελέγχους ηπατίτιδας C εάν ο γιατρός πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης παραγγείλει έναν και πληροίτε ορισμένες προϋποθέσεις. Η Medicare πληρώνει για έλεγχο του ιού της ηπατίτιδας C:

- Ετησίως, εάν είστε σε υψηλό κίνδυνο επειδή συνεχίσατε να χρησιμοποιείτε παράνομα ενέσιμα φάρμακα από το προηγούμενο αρνητικό τεστ ανίχνευσης ηπατίτιδας C.
- Μία φορά, εάν είστε σε υψηλό κίνδυνο επειδή:
 - Κάνατε μετάγγιση αίματος πριν από το 1992.
 - Χρησιμοποιήσατε παράνομα ενέσιμα ναρκωτικά στο παρελθόν.
- Μία φορά, εάν γεννηθήκατε μεταξύ 1945–1965 και δεν θεωρείστε υψηλού κινδύνου.



Προληπτικές εξετάσεις του ιού της ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας (HIV)

Οι εξετάσεις για τον ιό HIV ελέγχουν για να βρουν αν έχετε μολυνθεί από τον ιό HIV. Η Medicare καλύπτει τις εξετάσεις για τον ιό HIV μία φορά κάθε χρόνο εάν είστε μεταξύ 15-65 ετών ή κάτω των 15 ετών ή άνω των 65 ετών και διατρέχετε αυξημένο κίνδυνο για τον ιό HIV. Εάν είστε έγκυος, η Medicare καλύπτει έναν έλεγχο έως και 3 φορές κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης σας.



Προληπτικοί έλεγχοι για καρκίνο του πνεύμονα

Οι προληπτικοί έλεγχοι για τον καρκίνο του πνεύμονα ελέγχουν για πρώιμα σημάδια καρκίνου του πνεύμονα σε ενήλικες που διατρέχουν κίνδυνο εμφάνισης της νόσου. Η Medicare καλύπτει αυτούς τους προληπτικούς ελέγχους με υπολογιστική τομογραφία χαμηλής δόσης (επίσης γνωστοί ως "αξονικές τομογραφίες") μία φορά το χρόνο, εάν πληροίτε όλες αυτές τις προϋποθέσεις:

- Είστε μεταξύ 50–77.
- Δεν έχετε σημάδια ή συμπτώματα καρκίνου του πνεύμονα (είστε ασυμπτωματικοί).
- Έχετε ιστορικό καπνίσματος τουλάχιστον 20 «ετών πακέτου» (κατά μέσο όρο ένα πακέτο (20 τσιγάρα) την ημέρα για 20 χρόνια).
- Είστε είτε καπνιστής, είτε έχετε κόψει το κάπνισμα τα τελευταία 15 χρόνια.
- Λαμβάνετε μια εντολή από τον γιατρό σας ή άλλον πάροχο υγειονομικής φροντίδας.



Μαστογραφίες

Οι μαστογραφίες ελέγχουν για καρκίνο του μαστού. Κάθε γυναίκα κινδυνεύει, και αυτός ο κίνδυνος αυξάνεται με την ηλικία. Η Medicare καλύπτει προληπτικές μαστογραφίες μια φορά κάθε 12 μήνες για γυναίκες 40 ετών και άνω. Η Medicare καλύπτει τις διαγνωστικές μαστογραφίες συχνότερα από μία φορά το χρόνο, εάν είναι ιατρικά απαραίτητο. Εάν είστε γυναίκα μεταξύ 35–39, η Medicare καλύπτει επίσης μία βασική μαστογραφία στη διάρκεια της ζωής σας.



Θεραπευτικές υπηρεσίες ιατρικής διατροφής

Η Medicare καλύπτει υπηρεσίες ιατρικής διατροφικής θεραπείας εάν έχετε διαβήτη ή νεφρική νόσο ή εάν είχατε μεταμόσχευση νεφρού τους τελευταίους 36 μήνες. Ένας γιατρός πρέπει να σας παραπέμψει για τις υπηρεσίες. Οι υπηρεσίες που λαμβάνετε μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Μια αρχική αξιολόγηση διατροφής και τρόπου ζωής
- Ατομικές ή/και ομαδικές υπηρεσίες διατροφικής θεραπείας
- Βοήθεια στη διαχείριση των παραγόντων του τρόπου ζωής που επηρεάζουν το διαβήτη σας
- Οι μετέπειτα επισκέψεις για έλεγχο στην πρόοδό σας



Πρόγραμμα Πρόληψης Διαβήτη της Medicare

Αν πάσχετε από προ-διαβήτη και πληροίτε άλλα κριτήρια, η Medicare καλύπτει ένα πρόγραμμα αλλαγής υγιεινονομικής συμπεριφοράς για να σας βοηθήσει να αποτρέψετε το διαβήτη τύπου 2. Μπορείτε να συμμετάσχετε στο πρόγραμμα πρόληψης του διαβήτη Medicare μία φορά στη ζωή σας. Το πρόγραμμα ξεκινά με 16 εβδομαδιαίες κύριες συνεδρίες που προσφέρονται ομαδικά για μια περίοδο έξι μηνών. Μόλις ολοκληρώσετε τις βασικές συνεδρίες, θα λάβετε 6 μηνιαίες συνεδρίες παρακολούθησης για να σας βοηθήσουν να διατηρήσετε υγιεινές συνήθειες.



Συμπεριφορική θεραπεία παχυσαρκίας

Η συμπεριφορική θεραπεία της παχυσαρκίας περιλαμβάνει έναν αρχικό έλεγχο για τον δείκτη μάζας σώματος (BMI) και συνεδρίες συμπεριφορικής θεραπείας που περιλαμβάνουν μια διατροφική αξιολόγηση και συμβουλευτική για να σας βοηθήσουν να χάσετε βάρος εστιάζοντας στη διατροφή και την άσκηση. Η Medicare καλύπτει προληπτικούς ελέγχους παχυσαρκίας και συμβουλευτική συμπεριφοράς εάν έχετε BMI 30 ή περισσότερο. Ο γιατρός πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή άλλος επαγγελματίας πρωτοβάθμιας περίθαλψης πρέπει να διεξάγει τη συμβουλευτική σε ένα περιβάλλον πρωτοβάθμιας περίθαλψης (όπως το γραφείο ενός γιατρού), όπου μπορούν να συντονίσουν το εξατομικευμένο σχέδιό σας με την άλλη φροντίδα σας.



Εμβόλια πνευμονιοκόκκου

Η Medicare καλύπτει πνευμονιοκοκκικά εμβόλια (ή εμβολιασμούς) για να βοηθήσει στην προστασία από διαφορετικά στελέχη των βακτηρίων που προκαλούν πνευμονία. Μιλήστε με το γιατρό σας ή άλλον πάροχο υγιεινονομικής φροντίδας για να αποφασίσετε ποιοι εμβολιασμοί είναι κατάλληλοι για εσάς.



Προφύλαξη πριν από την έκθεση (PrEP) για την πρόληψη του HIV

Η PrEP χρησιμοποιεί αντιρετροϊκά φάρμακα για να μειώσει τον κίνδυνο να εμφανίσετε HIV (Human Immunodeficiency Virus – Ιός ανθρώπινης ανοσοανεπάρκειας). Εάν δεν έχετε HIV, αλλά ο γιατρός σας ή άλλος πάροχος καθορίζει ότι διατρέχετε αυξημένο κίνδυνο για τον ιό HIV, η Medicare καλύπτει εγκεκριμένα από τον FDA (τον Οργανισμό Τροφίμων και Φαρμάκων των ΗΠΑ) από του στόματος ή ενέσιμα φάρμακα PrEP, συμβουλευτικές υπηρεσίες, εξετάσεις HIV και εφάπαξ έλεγχο του ιού της ηπατίτιδας Β.



Επισκέψεις πρόληψης

Εφάπαξ προληπτική επίσκεψη “Welcome to Medicare” («Καλωσήρθατε στο Medicare») —Η Medicare καλύπτει αυτήν την επίσκεψη εντός των πρώτων 12 μηνών που έχετε το Μέρος Β. Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης, εσείς και ο γιατρός σας ή άλλος πάροχος υγειονομικής περίθαλψης θα μιλήσετε για πράγματα όπως το ιατρικό και κοινωνικό ιστορικό σας που σχετίζεται με την υγεία σας, την εκπαίδευση και την παροχή συμβουλών σχετικά με προληπτικές υπηρεσίες (όπως προληπτικές εξετάσεις και εμβολιασμούς ή εμβόλια), παραπομπές για άλλη φροντίδα που μπορεί να χρειαστείτε και τους πιθανούς παράγοντες κινδύνου για διαταραχή χρήσης ουσιών. **Η προληπτική επίσκεψη “Welcome to Medicare” δεν είναι φυσική εξέταση.**

Ετήσια επίσκεψη “ευεξίας” —Η Medicare καλύπτει αυτήν την ετήσια επίσκεψη εάν είχατε το Μέρος Β για περισσότερο από 12 μήνες. Μπορείτε να λάβετε αυτήν την επίσκεψη για να αναπτύξετε ή να ενημερώσετε το εξατομικευμένο πρόγραμμά σας για να βοηθήσετε στην πρόληψη ασθενειών και αναπηρίας, με βάση την τρέχουσα υγεία σας και τους παράγοντες κινδύνου. Η Medicare καλύπτει αυτή την επίσκεψη μια φορά κάθε 12 μήνες. **Η ετήσια επίσκεψη “Wellness” δεν είναι φυσική εξέταση.**



Προληπτικοί έλεγχοι για καρκίνο του προστάτη

Αυτοί οι προληπτικοί έλεγχοι ελέγχουν για καρκίνο του προστάτη. Η Medicare καλύπτει ψηφιακές πρωκτικές εξετάσεις και αιματολογικές εξετάσεις ειδικού προστατικού αντιγόνου (PSA) μια φορά κάθε 12 μήνες για άνδρες άνω των 50 (ξεκινώντας την ημέρα μετά από τα 50α σας γενέθλια).



Προληπτικός έλεγχος και συμβουλευτική για σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις

Η Medicare καλύπτει τις προληπτικές εξετάσεις σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων για χλαμύδια, γονόρροια, σύφιλη, και/ή ηπατίτιδα Β εάν είστε έγκυος ή διατρέχετε αυξημένο κίνδυνο για σεξουαλικά μεταδιδόμενη λοίμωξη. Η Medicare καλύπτει αυτές τις εξετάσεις μια φορά κάθε 12 μήνες ή σε ορισμένες περιόδους κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Η Medicare επίσης καλύπτει μέχρι 2 κατ’ ιδίαν συνεδρίες συμπεριφορικής συμβουλευτικής κάθε έτος αν είστε σεξουαλικά ενεργός ενήλικας με αυξημένο κίνδυνο για αυτές τις λοιμώξεις. Ο πάροχος υγειονομικής περίθαλψης σας πρέπει να δώσει εντολή για τον έλεγχο ή να σας παραπέμψει για συμβουλευτική συμπεριφοράς. Η Medicare θα καλύψει μόνο αυτές τις συνεδρίες με έναν πάροχο σε περιβάλλον πρωτοβάθμιας φροντίδας (όπως στο γραφείο ενός γιατρού). Η Medicare δεν θα καλύψει την παροχή συμβουλών ως προληπτική υπηρεσία σε νοσοκομειακό περιβάλλον (όπως μια εξειδικευμένη νοσηλευτική μονάδα).

Για περισσότερες πληροφορίες

Μπορείτε να μάθετε περισσότερα σχετικά με τις προληπτικές υπηρεσίες της Medicare μεταβαίνοντας στη διεύθυνση [Medicare.gov/coverage/preventive-screening-services](https://www.medicare.gov/coverage/preventive-screening-services). Μπορείτε επίσης να καλέσετε 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Οι χρήστες τηλετύπου μπορούν να καλέσουν στο 1-877-486-2048.

Μπορείτε επίσης να συνδεθείτε (ή να δημιουργήσετε) τον ασφαλή λογαριασμό σας στην Medicare στη διεύθυνση [Medicare.gov](https://www.medicare.gov) όπου μπορείτε να βρείτε μια λίστα προληπτικών υπηρεσιών που δικαιούστε να λάβετε στο Original Medicare. Μέσω του λογαριασμού σας, μπορείτε επίσης να λάβετε άλλες προσωπικές πληροφορίες Medicare, να δείτε τις αξιώσεις σας Medicare, να εκτυπώσετε ένα αντίγραφο της επίσημης κάρτας Medicare, να πληρώσετε τα ασφάλιστρα Medicare εάν λάβετε λογαριασμό από την Medicare και πολλά άλλα.

Προσβάσιμη επικοινωνία

Η Medicare παρέχει δωρεάν βοηθήματα και υπηρεσίες, συμπεριλαμβανομένων πληροφοριών σε προσβάσιμες μορφές όπως γραφή Braille, μεγάλα γράμματα, αρχεία δεδομένων ή ήχου, υπηρεσία αναμετάδοσης και επικοινωνίες τηλέτυπου. Αν ζητάτε πληροφορίες σε προσβάσιμη μορφή, δεν θα έχετε το μειονέκτημα να χρειάζεστε επιπλέον χρόνο για την παροχή τους. Αυτό σημαίνει ότι θα έχετε έξτρα χρόνο για να κάνετε οποιαδήποτε ενέργεια αν υπάρχει καθυστέρηση στο να εκπληρωθεί το αίτημά σας.

Για να ζητήσετε πληροφορίες Medicare ή Αγοράς σε προσβάσιμη μορφή, μπορείτε:

1. Να μας καλέσετε:

Για την Medicare: 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)

TTY: 1-877-486-2048

Για το: 1-800-318-2596

TTY: 1-855-889-4325

2. Στείλτε μας email: altformatrequest@cms.hhs.gov

3. Για να μας στείλετε φαξ: 1-844-530-3676

4. Για να μας στείλετε επιστολή:

Centers for Medicare & Medicaid Services

Offices of Hearings and Inquiries (OHI)

7500 Security Boulevard, Mail Stop DO-01-20

Baltimore, MD 21244-1850

Attn: Customer Accessibility Resource Staff (CARS)

Το αίτημά σας θα πρέπει να περιλαμβάνει το όνομά σας, αριθμό τηλεφώνου, τύπο πληροφοριών που χρειάζεστε (αν είναι γνωστές), και την ταχυδρομική διεύθυνση όπου θα πρέπει να στείλουμε τα υλικά. Ίσως να επικοινωνήσουμε μαζί σας για επιπρόσθετες πληροφορίες.

Σημείωση: Αν είστε εγγεγραμμένοι σε ένα Πρόγραμμα Πλεονέκτημα Medicare (Medicare Advantage) ή πρόγραμμα φαρμάκων Medicare, επικοινωνήστε με το πρόγραμμά σας για να ζητήσετε τις πληροφορίες του σε προσβάσιμη μορφή. Για την Medicaid, επικοινωνήστε με το πολιτειακό ή τοπικό γραφείο της Medicaid.

Ειδοποίηση περί Μη Διακρίσεων

Τα Κέντρα για Υπηρεσίες Medicare & Medicaid (CMS) δεν αποκλείουν, δεν αρνούνται οφέλη, ή κάνουν αλλιώς διακρίσεις κατά οποιουδήποτε ατόμου με βάση τη φυλή, το χρώμα, την εθνική προέλευση, την αναπηρία, το φύλο, ή την ηλικία κατά την εισαγωγή, συμμετοχή, ή λήψη των υπηρεσιών και οφελών υπό οποιοδήποτε πρόγραμμα και δραστηριότητα, είτε αυτό διεξάγεται απευθείας από τα CMS ή μέσω εργολάβου ή κάποιας άλλης οντότητας με την οποία τα CMS έχουν συμφωνήσει να διεκπεραιώσουν τα προγράμματα και τις δραστηριότητές τους.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε με τα CMS με οποιονδήποτε από τους τρόπους περιλαμβάνονται σε αυτήν την ειδοποίηση αν έχετε κάποιες απορίες σχετικά με τη λήψη πληροφοριών σε μια μορφή που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε.

Μπορείτε επίσης να υποβάλετε παράπονο αν νομίζετε ότι έχετε υποβληθεί σε διάκριση σε κάποιο πρόγραμμα CMS ή δραστηριότητα, συμπεριλαμβανομένων των συμβάντων σχετικά με τη λήψη πληροφοριών σε προσβάσιμη μορφή από οποιοδήποτε Πρόγραμμα Medicare Advantage, Πρόγραμμα Φαρμάκων Medicare, πολιτειακό ή τοπικό γραφείο Medicaid, ή Προγράμματα Αγοράς Εξειδικευμένης Υγείας (Marketplace Qualified Health Plans). Υπάρχουν 3 τρόποι υποβολής παραπόνων στο Γραφείο Πολιτικών Δικαιωμάτων του Υπουργείου Υγείας & Ανθρωπίνων Υπηρεσιών των ΗΠΑ:

1. Online:

hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/complaint-process/index.html

2. Τηλεφωνικώς:

Καλέστε στο 1-800-368-1019.

Οι χρήστες τηλετύπου μπορούν να καλέσουν 1-800-537-7697.

3. Γραπτώς: Στείλτε πληροφορίες σχετικά με το παράπονό σας στο:

Office for Civil Rights
U.S. Department of Health & Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201

**U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Medicare & Medicaid Services**

7500 Security Blvd.
Baltimore, MD 21244-1850

Επίσημη Επαγγελματική
Ρήτρα για Ιδιωτική Χρήση, \$300



Medicare

Οι πληροφορίες σε αυτό το φυλλάδιο περιγράφουν το Πρόγραμμα Medicare τη στιγμή που τυπώνεται αυτό το βιβλίο. Μετά την εκτύπωση μπορεί να προκύψουν αλλαγές. Επισκεφτείτε το **Medicare.gov**, ή καλέστε το 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) για να λάβετε τις πιο πρόσφατες πληροφορίες. Οι χρήστες τηλέτυπου μπορούν να καλέσουν στο 1-877-486-2048.

Το «Μένουμε Υγιείς» δεν είναι νομικό έγγραφο. Οι επίσημες νομικές οδηγίες του Προγράμματος Medicare περιέχονται στα σχετικά καταστατικά, κανονισμούς και αποφάσεις.

This product was produced at U.S. taxpayer expense.