



個人醫療保健日誌

美國社區生活管理局

麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查計劃

積極管理自己的醫療保健！

請撥打電話 800-892-0890 或訪問 www.MASMP.org

如檢到，請交還醫生辦公室（第4頁）。



➤ **保護**您的個人資訊

- 像對待信用卡號一樣對待您的聯邦醫療保險、醫療補助和社會保險號碼。
- 謹記：聯邦醫療保險工作人員不會給您打電話，也不會上門推銷任何物品。
- 保存好聯邦醫療保險概要通知（MSN）和所有保險金給付說明書（EOB）。請務必將所有不再使用的文件全部銷毀。

➤ **檢查**錯誤、欺詐和濫用

- 每次均應核對您的聯邦醫療保險概要通知（MSN）、保險金給付說明書（EOB）以及其他所有聲明是否存在錯誤。
- 將處方藥計劃（Part D）保險金給付說明書（EOB）與處方藥收據和本日誌中您所記錄的藥物條目進行比對。
- 請訪問www.MyMedicare.gov網站查看您的聯邦醫療保險帳戶。請務必查找：收費但未獲得相應服務、重覆收費、對未預定和/或醫生未提供的服務的收費以及其他任何有疑問的收費情況。

➤ **報告** 錯誤或問題

- 如果您懷疑有錯誤、欺詐或濫用的情況，請立即報告！請先致電您的醫療護理提供者或保險計劃。如果您對他們的答覆不滿意，請撥打麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查（SMP）計劃的電話：800-892-0890。

- 預約後就診時請攜帶此日誌。
- **接受**預約醫療護理服務之前，請先回答下列問題：
 - 本次預約是否在聯邦醫療保險（Medicare）和/或自己購買的其他保險的承保範圍之內？
 - 自己有何症狀？什麼時候開始的？什麼情況下症狀會緩解或加重？
 - 自己正在服用哪些非處方藥和/或處方藥？
 - **其他問題請查看此日誌第44頁。**
- 將這些問題的答案以及就診情況記錄在此日誌中。
 - 預約後就診時，請確認聽懂醫生對自己所說的話之後再離開。若有不明之處，請醫生換一種說法再解釋一下。
- 出門旅行時請攜帶此日誌，以備不時之需。
- 此日誌可用於核對聯邦醫療保險概要通知（MSN）、保險金給付說明書（EOB）以及其他醫療保健相關文件的準確性。

麻薩諸塞州主要機構聯絡方式

麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查 (SMP) 計劃	1-800-892-0890	www.masmp.org www.medicareoutreach.org
總檢查長辦公室 老年人熱線	1-888-243-5337 TTY 617-727-4765	www.mass.gov/AGO
聯邦醫療保險與醫療補助服務中心 (CMS)	1-800- MEDICARE (1-800-633-4227) TTY 1-800-486-2048	www.medicare.gov
老年保健指南	1-800-677-1116	www.eldercare.gov
老年人事務行政辦公室 (EOEA)	1-800-243-4636	www.800ageinfo.com
聯邦貿易委員會 (FTC) 身份盜用專線	1-877-438-4338	www.consumer.gov/idtheft
衛生與公眾服務部(HHS) 監察長辦公室防詐欺熱線	1-800-HHS-TIPS	www.oig.hhs.gov
Livanta-麻薩諸塞州品質改進組織和以 受益人及家庭為中心的護理品質改進辦 公室	1-866-815-5440	www.bfccqioarea1.com

麻薩諸塞州主要機構聯絡方式

長期照護監察計劃	1-800-243-4636	www.ltcombudsman.org
MassHealth (醫療補助)	1-800-841-2900 TTY 1-800-497-4648	www.mass.gov/masshealth
聯邦醫療保險	1-800- MEDICARE (1-800-633-4227) TTY 1-877-486-2048	www.Medicare.gov
聯邦醫療保險權益維護項目 (MAP)	1-800-323-3205 617-371-1234	www.gbls.com
處方藥計劃 (PA) — 州政府處方藥援助計劃	1-800- AGE-INFO (1-800-243-4636)	www.800ageinfo.com
居民健康保險需求服務 (SHINE) 計劃	1-800- AGE-INFO (1-800-243-4636)	www.mass.gov/elders/health-care
社會保障管理總署 (SSA)	1-800-772-1213 TTY 1-800-325-0778	www.ssa.gov

姓名： _____ 出生日期： _____

緊急聯絡人： _____ 電話： () _____

醫生姓名 (主治醫生)： _____ 電話： () _____

診所名稱： _____ 電話： () _____

藥房： _____ 電話： () _____

首選語言： _____ 授權委託書： 有___ 無___

醫療護理委託書： 有___ 無___ 生前遺囑： 有___ 無___

代理人姓名： _____ 電話： () _____

過敏史：有___ 無___	家族病史/醫療狀況	障礙
<input type="checkbox"/> 阿斯匹靈 <input type="checkbox"/> 磺胺	<input type="checkbox"/> 酗酒	<input type="checkbox"/> 呼吸
<input type="checkbox"/> 巴比妥類藥物 <input type="checkbox"/> 四環素	<input type="checkbox"/> 出血性疾病	<input type="checkbox"/> 聽力
<input type="checkbox"/> 可待因 <input type="checkbox"/> X光染劑	<input type="checkbox"/> 癌症	<input type="checkbox"/> 學習
<input type="checkbox"/> 地美露 <input type="checkbox"/> 乳膠	<input type="checkbox"/> 指明類型： _____	<input type="checkbox"/> 認知
<input type="checkbox"/> 利多卡因 <input type="checkbox"/> 蟲叮	<input type="checkbox"/> 白內障	<input type="checkbox"/> 行動
<input type="checkbox"/> 嗎啡 <input type="checkbox"/> 花生	<input type="checkbox"/> 心臟病	<input type="checkbox"/> 言語
<input type="checkbox"/> 奴佛卡因 <input type="checkbox"/> 貝類	<input type="checkbox"/> 血液透析	<input type="checkbox"/> 視力
<input type="checkbox"/> 盤尼西林 <input type="checkbox"/> 其他	<input type="checkbox"/> 高血壓	<input type="checkbox"/> 其他

個人習慣

請注明：

是否飲酒： 是__否__ []次/週

是否鍛練： 是__否__ []次/週

目前是否吸煙： 是__否__ []支/天

過去是否吸煙： 是__否__ 有 []年吸煙史

目前醫療狀況

診斷日期	醫療狀況/診斷	醫生

如欲更加全面、完整地瞭解聯邦醫療保險承保範圍內的檢查、篩檢及其他服務，參見本年度的《聯邦醫療保險與您》一書。如需《聯邦醫療保險與您》一書，請訪問 www.Medicare.gov 或致電1-800-633-4227。

住院、其他程序及手術一覽表

日期	醫院/診所	程序/手術	原因

住院、其他程序及手術一覽表（接上頁）

日期	醫院/診所	程序/手術	原因

其他醫生/專科醫生名單

醫生/專科醫生名稱	電話號碼	專科

在第12頁至第15頁記錄自己的所有預約。

在第16頁至第17頁記錄自己所有免疫接種情況。

在第18頁至第23頁記錄自己的所有藥物治療情況。

在第24頁至第25頁記錄耐用醫療設備和其他醫療用品資訊。

在第26頁至第45頁記錄自己的就診經歷。請務必記錄下您的疑問、症狀、問題以及醫生給出的所有解答和說明。

日期	醫生/電話	就診原因	結果

美國疾病控制與預防中心建議21歲及以上成年人接種下列疫苗。視年齡、就診經歷以及其他個人指標而定，每種疫苗都有其推薦接種劑量。您的個人保健醫生可就這些疫苗中有哪些疫苗適合您接種為您提供指導。

疫苗	接種日期	下次接種日期
流行性感冒		
A型肝炎		
B型肝炎		
人類乳突病毒		
麻疹、德國麻疹、腮腺炎		

疫苗	接種日期	下次接種日期
腦膜炎		
肺炎球菌		
破傷風、白喉、百日咳		
水痘		
帶狀疱疹		
其他		

如果您對疫苗或接種日期有疑問，應向您的醫療護理提供者進行諮詢。如果他們是合約醫療護理提供者，則可通過麻薩諸塞州免疫接種資訊系統（MIIS）獲得您的訊息。作為消費者，您可以訪問www.contactmiis.info獲得資訊和指導。

請務必列出所有處方藥物和非處方藥物、維生素及營養保健品。

醫生和藥劑師經常會使用一些醫學縮略語，由於這些縮略語不常見或者意思不明顯，所以可能會讓人困惑。處方和藥物的標籤上可能會出現下列縮略語：

prn – 按需服用

qd – 每日服用

bid – 一天兩次

tid – 一天三次

qid – 一天四次

ac – 飯前服用

pc – 飯後服用

hs – 睡前服用

po – 口服

qod – 每隔一日

od – 右眼

os – 左眼

在此處列出您的所有藥物，並追蹤記錄您的醫療護理提供者所做的任何更改。

藥物名稱	用量	用法說明	用途	開始服用日期

在此處列出您的所有藥物，並追蹤記錄您的醫療護理提供者所做的任何更改。

藥物名稱	用量	用法說明	用途	開始服用日期

在此處列出您的所有藥物，並追蹤記錄您的醫療護理提供者所做的任何更改。

藥物名稱	用量	用法說明	用途	開始服用日期

在此處列出您的所有藥物，並追蹤記錄您的醫療護理提供者所做的任何更改。

藥物名稱	用量	用法說明	用途	開始服用日期

在此處列出您的所有藥物，並追蹤記錄您的醫療護理提供者所做的任何更改。

藥物名稱	用量	用法說明	用途	開始服用日期

在此頁列出所有耐用醫療設備及用品，其中包括助行車、輪椅、電動踏板車以及呼吸機等等。

日期	設備	設備提供者	開具處方的醫生

日期	設備	設備提供者	開具處方的醫生

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題	解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

就診經歷：

日期：

醫療護理提供者：

疑問/症狀/問題

解答/解釋

預約及獲得的服務（體檢、實驗室檢驗、X光檢查、物理治療、上門護理服務等）

醫生/醫療護理提供者的照護計劃/特別說明

個人健康數據

體重：

血壓：

膽固醇：

血糖：

麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查 (SMP) 計劃為您提供下列服務：

- 檢查醫療保健票據和/或聯邦醫療保險概要通知是否存在錯誤，或者是否存在明顯的聯邦醫療保險和醫療補助計劃欺詐和濫用情況。
- 提供關於如何保護自己，如何報告和應對醫療詐騙的資料。
- 如果您不願意親自與醫生或其他醫療護理提供者討論帳單問題，SMP計劃可幫您與他們聯繫。

如欲與麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查 (SMP) 計劃聯繫，請致電800-892-0890或訪問 www.MaSMP.org。

由美國衛生與公眾服務部社區生活管理局提供部分資金支持。



保護 檢查 報告

麻薩諸塞州老年人聯邦醫療保險巡查計劃

請撥打電話800-892-0890或訪問www.MASMP.org

Elder Services of the Merrimack Valley, Inc.

Choices for a life-long journey

Massachusetts SMP Program

280 Merrimack Street, Suite 400, Lawrence, MA 01843

800-892-0890 • www.masmp.org • www.medicareoutreach.org

