

Nếu quý vị dùng một hoặc nhiều loại thuốc để điều trị các vấn đề sức khỏe mạn tính (hoặc lâu dài), việc theo dõi thuốc có thể khá phức tạp. Các mẹo sau đây có thể giúp quý vị dùng thuốc theo chỉ dẫn để duy trì sự khỏe mạnh và độc lập!

Nếu gặp khó khăn trong việc thanh toán tiền thuốc, quý vị nên:

Đặt hàng qua đường bưu điện.	Hầu hết thành viên SCAN đều thanh toán \$0 cho các loại thuốc Bậc 1 và Bậc 2 khi đặt hàng qua dịch vụ giao hàng tận nhà từ Express Scripts® Pharmacy. Vận chuyển không mất phí và vì thuốc được giao đến tận nhà nên quý vị sẽ không cần phải đi đến nhà thuốc thường xuyên. Để bắt đầu, hãy gọi đến Express Scripts Pharmacy theo số 1-866-553-4125.
Sử dụng Nhà thuốc ưu tiên.*	Hầu hết thành viên SCAN đều thanh toán \$0 cho các loại thuốc Bậc 1 và Bậc 2 khi nhận thuốc tại Nhà thuốc ưu tiên của SCAN. Đây là những nhà thuốc, trong mạng lưới SCAN, đưa ra mức tiền đồng trả thấp hơn cho nhiều loại thuốc. Để tìm một Nhà thuốc ưu tiên, hãy truy cập scanhealthplan.com/pharmacy . Nhấp vào ô “Nhà thuốc ưu tiên” (Preferred pharmacies) hoặc gọi đến Dịch vụ Thành viên SCAN. Tìm số điện thoại ở mặt sau thẻ ID SCAN của quý vị.
Chọn một giải pháp thay thế có chi phí thấp hơn.	Trao đổi với bác sĩ về việc chuyển sang một phương án có chi phí thấp hơn. Các thành phần trong phương án mới có thể khác, nhưng hiệu quả thì vẫn tốt. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập vào Danh mục thuốc của SCAN trên scanhealthplan.com/findadrug .
Yêu cầu trợ giúp bổ sung.	Quý vị có thể đủ điều kiện tham gia chương trình Trợ giúp bổ sung của Medicare để thanh toán chi phí thuốc kê toa. Trợ giúp bổ sung có thể thanh toán gần như mọi chi phí thuốc của quý vị. Để xem quý vị có đủ điều kiện nhận Trợ giúp bổ sung hay không, hãy gọi cho Medicare theo số 1-800-633-4227 hoặc Văn phòng An sinh Xã hội theo số 1-800-772-1213.

Nếu quý vị gặp tác dụng phụ do thuốc:

Trao đổi với bác sĩ của quý vị.	Đôi khi việc dùng thuốc theo một số cách, chẳng hạn như cùng với thực phẩm, có thể làm giảm tác dụng phụ. Ngoài ra, có thể có những loại thuốc khác cũng mang lại hiệu quả nhưng ít hoặc không gây tác dụng phụ. Trao đổi với bác sĩ hoặc dược sĩ về những việc quý vị có thể làm.
--	--

* Quyền lợi thuốc kê toa có thể thay đổi tùy theo chương trình, loại nhà thuốc, số ngày sử dụng thuốc và/hoặc giai đoạn quyền lợi Phần D.

Vui lòng xem mặt sau của trang để biết thêm thông tin.

Nếu quý vị cảm thấy mình không cần dùng thuốc nữa:

Trao đổi với bác sĩ của quý vị.	Quý vị có thể cảm thấy triệu chứng biến mất hoặc không có thay đổi gì, nhưng thuốc vẫn đang hoạt động. Điều đó không có nghĩa là quý vị nên ngừng dùng thuốc. Tiếp tục dùng thuốc theo chỉ dẫn và trao đổi với bác sĩ nếu quý vị có bất kỳ mối lo ngại nào.
--	---

Nếu quý vị không biết cách dùng thuốc:

Trao đổi với bác sĩ hoặc dược sĩ của quý vị.	Hãy đảm bảo quý vị đã rà soát các loại thuốc của mình với bác sĩ hoặc dược sĩ. Họ có thể giải đáp mọi câu hỏi về thuốc của quý vị.
---	--

Trường hợp quý vị quên dùng thuốc:

Tạo thói quen.	Hãy thử dùng thuốc vào cùng một thời điểm và cùng một địa điểm mỗi ngày. Ví dụ: nếu quý vị dùng thuốc ngay sau khi thức dậy, hãy đặt thuốc bên cạnh bàn chải đánh răng từ đêm hôm trước.
Sử dụng hộp thuốc.	Hộp thuốc là cách tuyệt vời để sắp xếp thuốc theo ngày hoặc theo tuần. Lập danh sách kiểm tra thuốc để giúp quý vị biết khi nào cần dùng thuốc.
Ghi danh chương trình nhắc nhở.	Nhiều nhà thuốc cung cấp chương trình nhắc nhở. Nhà thuốc có thể cung cấp chương trình nhắc mua thêm thuốc/mua thêm thuốc tự động. Quý vị sẽ nhận được thông báo khi đến thời điểm mua thuốc kê toa và/hoặc khi thuốc đã sẵn sàng để nhận. Đăng ký tại nhà thuốc của quý vị.
Đặt lời nhắc.	Đặt đồng hồ báo thức hoặc đồng hồ đeo tay để nhắc giờ uống thuốc. Nếu có điện thoại thông minh, quý vị có thể đặt cảnh báo hoặc sử dụng ứng dụng lời nhắc. Quý vị cũng có thể tự để lại lời nhắc cho mình, chẳng hạn như ghi chú trên gương phòng tắm hoặc tủ lạnh.

Nếu quý vị gặp khó khăn trong việc đi đến nhà thuốc:

Chuyển sang hình thức cấp thuốc 3 tháng (tối đa 100 ngày).	Hình thức mua thêm thuốc 3 tháng/1 lần sẽ giúp quý vị không phải đi đến nhà thuốc thường xuyên.
Sử dụng dịch vụ giao hàng tận nhà.	Nhận thuốc thông qua dịch vụ giao hàng tận nhà của Express Scripts® Pharmacy giúp giảm số lượt đi đến nhà thuốc. Để bắt đầu, hãy gọi đến Express Scripts Pharmacy theo số 1-866-553-4125.
Lên lịch mua thêm thuốc vào cùng một thời điểm.	Nhiều nhà thuốc có thể lên lịch mua thêm thuốc cho quý vị để quý vị nhận tất cả thuốc cùng lúc. Trao đổi với dược sĩ của quý vị về cách lên lịch kiểu này.
Sử dụng quyền lợi chuyên chở của quý vị.	Hầu hết chương trình SCAN đều cung cấp quyền lợi chuyên chở để hỗ trợ quý vị đến và đi từ nhà thuốc. Hãy kiểm tra tài liệu chương trình của quý vị hoặc gọi đến Dịch vụ Thành viên SCAN để xem quý vị có đủ điều kiện hay không.

Các nhà thuốc khác nằm trong mạng lưới của SCAN.