

HƯỚNG DẪN CHƯƠNG TRÌNH KIỂM TRA SỨC KHỎE
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Anh
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Trung
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Nhật
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Việt
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Phillipines(tiếng Tagalog)
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Thái
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Uzbek
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Mông Cổ
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Campuchia
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Nepal
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_tiếng Indonesia
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_Tiếng Sri Lanka
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe-Tiếng Nga
Hướng dẫn chương trình kiểm tra sức khỏe_ Tiếng Miama

‘Hành động nhỏ để giữ gìn hạnh phúc, Cơ quan bảo hiểm quốc dân sẽ đồng hành cùng Quý vị’

**BỘ Y TẾ VÀ PHÚC LỢI,
CƠ QUAN BẢO HIỂM SỨC KHỎE QUỐC DÂN**

【HƯỚNG DẪN CHƯƠNG TRÌNH KIỂM TRA SỨC KHỎE】

Cơ quan bảo hiểm quốc dân hiện đang thực hiện công tác kiểm tra sức khỏe dành cho người tham gia bảo hiểm sức khỏe và người được trợ cấp y tế.
Kiểm tra sức khỏe là việc phòng ngừa bệnh tật hoặc phát hiện bệnh tật nhanh nhấtcó thể để ngăn ngừa bệnh tiến triển thêm và có biện pháp phù hợp để duy trì đời sống khỏe mạnh.

- ♣ **Kiểm tra sức khỏe tổng quát** nhằm phòng cao huyết áp, bệnh đái tháo đường cũng như bệnh về tim mạch não và được thực hiện với mục tiêu phát hiện sớm. Đối tượng kiểm tra là người trên 20 tuổi và thực hiện 2 năm 1 lần. Không có giới hạn về độ tuổi giữa người tham gia theo hộ gia đình cũng như theo cơ quan làm việc Đối với những người tham gia theo cơ quan nhưng không làm việc tại văn phòng thì thực hiện việc khám là 1 năm 1 lần.
- ♣ Tiến hành **khám sức khỏe răng miệng** cho các đối tượng khám sức khỏe thông thường để sớm phát hiện bệnh răng miệng như sâu răng, bệnh viêm nha chu, và,...
- ♣ **Sàng lọc ung thư** tập trung vào sáu loại ung thư chính có tỉ lệ mắc cao mà có thể phát hiện sớm thông qua các phương pháp đơn giản và có thể chữa trị được. Các loại sàng lọc ung thư và đối tượng được sàng lọc bao gồm ung thư dạ dày và ung thư vú cho những người trên 40 tuổi, ung thư ruột kết cho những người trên 50 tuổi, ung thư cổ tử cung cho nữ giới trên 20 tuổi, ung thư gan cho những người trên 40 tuổi và có nguy cơ cao, và **ung thư phổi cho những người từ 54 đến 74 tuổi và hút một bao thuốc lá mỗi ngày trong hơn 30 năm**. Thời gian sàng lọc là hai năm một lần đối với ung thư dạ dày, ung thư vú, ung thư cổ tử cung và ung thư phổi, mỗi năm một lần đối với ung thư ruột kết và mỗi năm hai lần đối với ung thư gan.
- ♣ **Kiểm tra sức khỏe trẻ em** thực hiện các kiểm tra cần thiết, đánh giá sự phát triển của trẻ và tư vấn giáo dục trẻ bao gồm cả việc giáo dục sức khỏe, nhằm giúp trẻ phát triển một cách khỏe mạnh. Đối tượng kiểm tra là trẻ nhỏ dưới 6 tuổi, kiểm tra qua các thời kỳ 4 tháng, 9 tháng, 18 tháng, 30 tháng, 42 tháng, 54 tháng, 66 tháng tuổi tính từ ngày sinh bao gồm cả kiểm tra răng miệng, với tổng số 10 lần kiểm tra.

【CHI PHÍ KIỂM TRA SỨC KHỎE】

- ♣ Chi phí sàng lọc sức khỏe thông thường, và sàng lọc sức khỏe cho trẻ sẽ do cơ quan này chi trả. Theo đó, người đến khám không phải chịu bất kỳ phụ phí nào trong thời gian khám.
- ♣ Đối với sàng lọc ung thư, cơ quan này sẽ chi trả 90% chi phí sàng lọc và người đến khám chi trả 10% chi phí còn lại. Tuy nhiên, cơ quan này sẽ chi trả toàn bộ chi phí cho việc sàng lọc ung thư cổ tử cung và ung thư ruột kết.
- ♣ Đối với đối tượng kiểm tra ung thư của quốc gia (biểu thị trên phiếu khám theo tiêu chuẩn phí bảo hiểm) thì nhà nước sẽ trả chi phí kiểm tra 10% mà người được khám phải trả, nên người được kiểm tra không phải chịu bất kỳ chi phí nào.

【THỦ TỤC KIỂM TRA SỨC KHỎE】

- ♣ Xác nhận đối tượng kiểm tra kiểm tra sức khỏe
Xác nhận nội dung kiểm tra cũng như các mục kiểm tra theo hình thức Cơ quan bảo hiểm sẽ gửi giấy xác nhận kiểm tra tới địa chỉ cư trú cũng như nơi làm việc cho đối tượng được kiểm tra.
- ♣ Đăng ký trước và sau đó tới cơ quan kiểm tra sức khỏe
Có thể tiến hành kiểm tra ở bất kỳ cơ quan kiểm tra nào được chỉ định và không quan trọng nơi cư trú, trình phiếu kiểm tra sức khỏe và CMND tại cơ quan kiểm tra sau đó tiến hành kiểm tra.
- ♣ Thông báo kết quả khám
Kết quả sàng lọc sẽ được cơ sở khám sàng lọc gửi tới thông tin liên hệ của người khám bệnh tại nơi thực hiện khám sàng lọc, đồng thời, những người nghi ngờ mắc bệnh dựa theo kết quả khám sức khỏe tổng quát sẽ được tiến hành khám xác nhận bệnh.

【NỘI DUNG CẦN CHÚ Ý KHI KIỂM TRA SỨC KHỎE】

- ♣ Không được ăn từ sau 9h tối ngày trước khi khám
 - Duy trì trạng thái đói tối thiểu trên 8 tiếng
 - Nếu không ở trạng thái đói thì kết quả kiểm tra có thể không chính xác
- ♣ Trong thời kỳ kinh nguyệt (2 đến 3 ngày trước và sau kỳ kinh) nên tránh tiến hành kiểm tra
- ♣ Kiểm tra sức khỏe chỉ có thể tiến hành theo số lần được quy định, nếu vượt quá số lần đó thì sẽ phải trả chi phí khám thêm.

【9 QUY TẮC QUẢN LÝ PHÒNG CÁC BỆNH VỀ TIM MẠCH NÃO】

<Nguồn : Bộ y tế và phúc lợi>

- 1_ Phải bỏ thuốc lá
- 2_ Giảm rượu xuống 1,2 chén 1 ngày
- 3_ Ăn đều các thức ăn tươi ngon, hấp thụ đầy đủ rau và cá.
- 4_ Nếu có thể, tiến hành tập thể dục vừa phải 30 phút trên 1 ngày
- 5_ Duy trì trọng lượng và vòng eo vừa phải.
- 6_ Giảm căng thẳng, sinh hoạt với một tâm hồn vui vẻ
- 7_ Tiến hành đo huyết áp, đường trong máu, cholesterol định kỳ.
- 8_ Điều trị kiên trì bệnh cao huyết áp, bệnh đái tháo đường, chứng mỡ máu cao.
- 9_ Hiểu rõ về triệu chứng của chứng nhồi máu cơ tim, đột quỵ não và tới bệnh viện ngay khi phát sinh.

【Trang web của NHIS bằng tiếng nước ngoài】

- ☞ <http://www.nhis.or.kr/english/>
- ☞ <http://www.nhis.or.kr/japanese/>
- ☞ <http://www.nhis.or.kr/chinese/>
- ☞ <http://www.nhis.or.kr/vietnamese/>

【Tổng đài bằng tiếng Anh của NHIS】 ☎ 033-811-2000

【Ký vào bảng câu hỏi và thông tin kiểm tra sức khỏe】 Sức khỏe trong trang chủ