



## برنامه‌های سلامت فردی و خانواده 2025 سنتارا

### رتبه‌بندی ستاره‌های کیفیت ما

طرح‌های سلامت فردی و خانواده سنتارا 4 ستاره از 5 ستاره<sup>1</sup> را از مراکز خدمات Medicare و Medicaid (CMS) دریافت کرد.

این رتبه‌بندی سال 2024 بر اساس عواملی است که شامل نظرسنجی‌های اعضا، داده‌های پزشکان و بیمارستان‌ها و مدت زمانی است که اعضا در برنامه سلامت شان مانده‌اند.

این رتبه‌بندی نشان دهنده رضایت بالای اعضای ما از موارد زیر است:



تجربه ثبت‌نام‌کنندگان



کارایی، مقرون به صرفه بودن و مدیریت برنامه

رتبه‌بندی کلی:



<sup>1</sup>CMS به طرح‌های سلامت واجد شرایط (QHP) ارائه شده از طریق مبادلات با استفاده از سیستم رتبه‌بندی کیفیت (QRS) بر اساس داده‌های اندازه‌گیری بالینی تأیید شده شخص ثالث و پاسخ‌های نظرسنجی ثبت‌نام‌کنندگان QHP امتیاز می‌دهد. CMS رتبه‌بندی‌ها را سالانه در مقیاس 5 ستاره محاسبه می‌کند. رتبه‌بندی‌ها ممکن است سال به سال تغییر کند.

طرح‌های سلامت سنتارا نام تجاری طرح‌های سلامت سنتارا، شرکت بیمه سلامت سنتارا، مؤسسه خدمات سلامت رفتاری سنتارا، و مؤسسه سازمان سلامت سنتارا، است. طرح‌های سلامت فردی و خانواده سنتارا توسط طرح‌های سلامت سنتارا صادر می‌شوند. همه برنامه‌ها دارای استثنائات و محدودیت‌ها و شرایطی هستند که تحت آنها این سیاست ممکن است به قوت خود ادامه یابد یا متوقف شود. برای اطلاع از هزینه‌ها و جزئیات کامل پوشش، لطفاً با کارگزار خود یا طرح‌های سلامت سنتارا به شماره 1-866-532-7713 تماس بگیرید یا به [sentarahealthplans.com](http://sentarahealthplans.com) مراجعه کنید.

بازبینی شده در اکتبر 2024



### مزایای دائمی را مدیریت کنید

برنامه موبایل طرح‌های سلامت سنتارا یکی دیگر از راه‌هایی است که به اعضا کمک می‌کنیم بیشترین ارزش را از مزایای سلامتی خود دریافت کنند.

برنامه ما رایگان است و دسترسی ایمن به وضعیت مطالبات، محاسبه‌گر هزینه درمان، مشاوره‌های مجازی و سایر خدمات را فراهم می‌کند.

با استفاده از برنامه طرح‌های سلامت سنتارا، اعضا می‌توانند موارد زیر را انجام دهند:

- پیدا کردن ارائه‌دهندگان و امکانات
- محاسبه هزینه‌ها و مشاهده مطالبات
- دسترسی به برنامه‌های سلامت و بهداشت
- ملاقات پزشک از طریق مشاوره مجازی
- پیگیری پیشرفت در برآوردن کسورات و مبالغ خارج از جیب

برای دانلود برنامه موبایل طرح‌های سلامت سنتارا، به [sentarahealthplans.com/app](http://sentarahealthplans.com/app) مراجعه کنید.



## پس انداز اضافی و تخفیفات

اعضای ما می‌توانند هزینه محصولات و خدمات سلامت را پس انداز کنند، از جمله:

**امکانات تناسب اندام:** دسترسی به باشگاه‌های تناسب اندام برتر، برنامه‌های کاهش وزن، و برندهای سلامتی.



**هزینه‌های اضافی بینایی:** در معاینات معمول چشم، لنزها و فریم‌ها، و لنزهای تماسی از جمله هزینه جراحی بینایی لیزری هزینه‌های قابل‌توجهی را پس انداز کنید.



**درمان‌های تکمیلی:** تخفیفات در طب سوزنی، کایروپراکتیک، و ماساژ درمانی.



## مشاوره مجازی

اعضا می‌توانند به طور ایمن با پزشک دارای مجوز از طریق تلفن، آنلاین یا از طریق چت ویدیویی ارتباط برقرار کنند.

ارائه‌دهندگان 24/7 برای تشخیص و درمان انواع شرایط غیراورژانسی پزشکی و نگرانی‌های مربوط به سلامت رفتاری در دسترس هستند.

برای اکثر طرح‌ها، مشاوره مجازی در صورت دسترسی از طریق پورتال اعضا یا برنامه تلفن همراه، بدون پرداخت هزینه در دسترس است.<sup>2</sup> این یک مزیت جداگانه از ملاقات‌های پزشکی از راه دور برنامه‌ریزی‌شده با یک ارائه‌دهنده عضو است.

<sup>2</sup> مشاوره مجازی سلامت روان و اختلال سوءمصرف مواد ممکن است هزینه اضافی داشته باشد.

### سوآلی دارید؟

راهنما نزدیک است. برنامه‌های سلامت فردی و خانواده سنتارا از طریق موارد زیر در دسترس هستند:

- کارگزار شما
- یک مشاور برنامه شخصی سنتارا به شماره **1-866-532-7713**
- [sentarahealthplans.com/individual](https://sentarahealthplans.com/individual)

### محاسبه‌گر هزینه درمان

محاسبه‌گر هزینه درمان یک ابزار آنلاین امن و محرمانه است که دسترسی به آن آسان است و استفاده از آن ساده است.

اعضا می‌توانند برآوردهای هزینه‌ای از جیب خود و طرح و ارائه‌دهنده خاص را برای همه خدمات تحت پوشش محاسبه کنند. این برآوردها به اعضا کمک می‌کند تا تصمیماتی را اتخاذ کنند که برای سلامتی و بودجه آن بهترین است.

برای اطلاعات بیشتر، به

[sentarahealthplans.com/features/](https://sentarahealthplans.com/features/)

**treatment-cost-calculator** مراجعه کنید.



## تفاوت برنامه‌های بهداشتی سنتارا

طرح‌های سلامت فردی و خانواده سنتارا بخشی از یک شبکه دسترسی آزاد است، به این معنی که برای ملاقات یک متخصص در شبکه گسترده ارائه‌دهنده ما نیازی به ارجاع نیست. شما به ارائه‌دهندگان و امکانات با کیفیت دسترسی دارید تا شما و خانواده‌تان بتوانید مراقبت‌های سلامت مورد نیاز خود را بیابید.

ما چندین گزینه طرح مقرون به صرفه را با طیف گسترده‌ای از پوشش، گزینه‌های اشتراک هزینه و حساب‌های پس‌انداز سلامت (HSA) ارائه می‌دهیم.

پوشش داروهای تجویزی، خدمات پیشگیرانه، دسترسی به خط مشاوره پرستار 24/7 ما، و خط بحران سلامت رفتاری 24/7 نیز در برنامه‌های ما گنجانده شده است. با انواع گزینه‌های کسر و پرداخت مشترک در سطوح طلایی، نقره‌ای و برنزی، طرح‌های ما در بازار بیمه ویرجینیا و مستقیماً از طریق طرح‌های سلامت سنتارا ارائه می‌شود.

