メディケア適用範囲糖尿病用消耗品、サービス、予防プログラム

CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

この政府の公式冊子には、以下に関する重要な情報が記載されています。

- 保障内容
- あなたの健康に役立つヒント
- お問い合わせ先

目次

はじめに 4

第1章 1: 一目でわかるメディケアの糖尿病の保障 5

第1章 2: メディケアパートB-糖尿病用品の保障 9

血糖自己測定器 および消耗品 10
インスリンポンプ. 13
治療用の靴 または インサート. 13
災害時または 緊急時に紛失・破損した耐久医療機器または
消耗品の交換. 14

第1章 3: メディケアパートD糖尿病の保障 15

インスリン. 16
抗糖尿病薬. 16
糖尿病用品 16
詳細については 16

第1章 4: メディケアでカバ=されている糖尿病のスクリーニングとサービス 17

糖尿病のスクリーニング検査. 18
メディケア糖尿病予防プログラム. 18
糖尿病の自己管理トレーニング 19
栄養医学的治療サービス 22
フットケアおよびトリートメント 23
ヘモグロビンA1c検査 23
緑内障検査. 23
インフルエンザおよび肺炎球菌注射（予防接種） 24
「メディケアへようこそ」予防診断. 24
年次の「ウェルネス」診断 24
メディケアで保障されていない消耗品およびサービス 24

第1章 5: 役立つヒントおよびリソース 25

糖尿病をコントロールするヒント. 26
電話番号およびホームページ. 27

この小冊子の情報は、この小冊子が印刷された時点でのメディケアプログラムについて説明しています。発行後に変更がある場合があります。最新情報は Medicare.gov をご覧いただくか、1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)へお電話ください。TTY ユーザーは 1-877-486-2048 までお電話ください。

はじめに

本書では、オリジナルメディケアにおける糖尿病用品 および サービス、およびメディケア処方箋についての保障を併せて説明しています（パートD）。

Original Medicare は有料保障サービスです。通常、政府が直接に医療機関へメディケア パートA（病院保険）およびまたは パートB（医療保険）を診療ごとに支払います。

もしもオリジナルメディケアを補足するメディケアサプリメント保険（メディギャップ）に加入している場合、本書で記載のあるいくつかのサービスに対する費用が支払われる場合があります。詳細についてはあなたのプランの給付金管理者にお問い合わせください。

メディケアアドバンテージプラン（HMO または PPOなど） または その他のメディケアヘルスプランに加入されている場合、それらのプランは最低でもオリジナルメディケアと同じ保障となりますが、異なるルールが適用される場合があります。これらのプランも内のどちらに加入しているかにより、費用、権利、保障 および 選択肢が異なる場合があります。他の給付金がある場合があります。プランの資料を読むか、あなたのプランの詳細についてご連絡ください。

次の用語を学習すると本書をより理解することができます：

共同保険：控除額を支払った後、サービスの費用の一部として支払う必要がある金額。共同保険は通常、割合です（20%など）。

一部負担： 医師による診察、病院外来による診察または処方箋などの医療 または 用品に対する費用負担額として請求される可能性がある金額のことです。一部負担は通常、割合ではなく額になります。例えば、医師による診察の場合や処方箋の場合、10ドルまたは20ドルをお支払いいただく場合があります。

免責： オリジナルメディケア、処方薬プラン、またはその他の保険の支払いを開始する前に、ヘルスケアまたは処方箋に対して支払う必要がある金額。

メディケアの承認した金額： オリジナルメディケアにおいて、こちらは医師やサプライヤーが割り当て分で支払われることに合意した額になります。この金額は、医師 または サプライヤーが請求する実際の金額以下である場合があります。メディケアはこの額の一部を負担し、差額についてはご自身のご負担になります。

第1章

1 一目でわかるメディケアの糖尿病の保障

6～8ページの図表は、Medicare Part B（医療保険）と Medicare Part D（処方箋保障）の対象となる糖尿病サービスおよび消耗品の一部の概要を示しています。通常 Part Bでは、糖尿病を患っている方々に関するサービスが保障されます。パートBはさらに、糖尿病のリスクのある方々の予防的なサービスについてもカバーしています。Part B に含まれるサービスと消耗品の補償を受けるには、Part B に加入されていることが必要です。Part D では、インスリンの注射または吸入に使用される糖尿病用品が保障されます。Part D で保障されている消耗品の保障を受けるには、Medicare の処方箋プランに加入していなければなりません。

また以下の Medicare.gov/what-medicare-covers にアクセスして チャートの情報を表示することもできます。

用品/サービス	保障内容	支払い
抗糖尿病薬 16ページをご参照ください	パートDは、血糖値（ブドウ糖）を管理するための抗糖尿病薬をカバーしております。	共同保険　または一部負担 パートDの免責が適用される場合があります
糖尿病のスクリーニング検査 18ページをご参照ください	医師によって糖尿病のリスクがあると判断された場合にのみ、パートBはこれらのスクリーニング検査を保障します。毎年2つまでの糖尿病スクリーニング検査をお受けいただくことができます。	共同保険、一部負担、またはパートB免責 医師診察の通常の金額は、パートB における年次免責金額が満たされた後、メディケア承認の金額の20%になります
メディケア糖尿病予防プログラムは 18〜19ページをご覧ください。	パートBでは、糖尿病の予防に役立つ、生涯に1回の健康行動変更プログラムについて説明します。	資格がある場合、これらのサービスには何もかかりません
糖尿病の自己管理トレーニング 19〜22ページをご参照ください	パートBでは、糖尿病に対処し管理するための糖尿病外来自己管理トレーニングについて説明します。糖尿病および糖尿病を治療している医師またはその他の資格のある医療提供者からの書面が必要です。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
糖尿病用具および消耗品 10ページをご参照ください	パートBでは、必要に応じて、インスリンまたは関連用品を投与するための血糖値またはグルコース検査モニターおよび輸液ポンプ、検査用ストリップ、ランセット、グルコースセンサー、チューブ、インスリンなど、この機器の付属品について説明します。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
糖尿病用品 16ページをご参照ください	パートDでは、注射器、針、アルコール綿棒、ガーゼ、吸入インスリン装置など、インスリンを投与する特定の医療用消耗品について説明します。	共同保険　または一部負担 パートDの免責が適用される場合があります

用品/サービス	保障内容	支払い
インフルエンザおよび肺炎球菌の予防接種 24ページをご参照ください	**インフルエンザの予防接種** – インフルエンザやインフルエンザウイルスの予防に役立ちます。パートBは通常、秋または冬のインフルエンザシーズンに1回だけ対象となります。 **肺炎球菌の予防接種** – パートBは、肺炎球菌感染症（特定の種類の肺炎など）の予防に役立つこの予防接種が対象です。	医師 または 医療提供者が承認した場合、共同保険、一部負担またはパートBの免責はありません
フットケアおよびトリートメント 23ページをご参照ください	パートBは、糖尿病性末梢神経障害のある方々および保護感覚を喪失している方々で、指定期間以内にこれらの理由以外でフットケア専門家の診察を受けていない方々の、6か月ごとのフットケアをカバーしております。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
緑内障検査 23ページをご参照ください。	パートBは、は、緑内障のリスクが高い方を対象に、12か月に1回の検査を保障します。この検査は、州が法的に認可した眼科医によって行われなければなりません。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
インスリン 16ページをご参照ください	パートDは、インスリンポンプで投与されないインスリンをカバーしております。	共同保険または一部負担 パートDの免責が適用される場合があります

用品/サービス	保障内容	支払い
インスリンポンプ 13ページをご参照ください。	パートBは、外部の耐久性のあるインスリンポンプと、あなたが特定条件を満たす場合の耐久性のある医療機器の下で機器で使用されるインスリンについて説明します。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
栄養医学的治療サービス 22〜23ページをご参照ください。	パートBは、糖尿病 または 腎臓疾患をお持ちの方々の栄養医学的サービス（MNT）および その他の関連したサービスをカバーしております。医師または医療プロバイダーによるMNTサービスへの推奨が必要となります。	医師 または 医療提供者が承認した場合、一部負担、共同保険 または パートBの免責はありません
治療用の靴 または インサート 13ページをご参照ください。	パートBは、糖尿病による重度の脚部の疾患のある方々の為の治療用の靴 またはインサートをカバーしております。	年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%
「メディケアへようこそ」予防診断 24ページをご参照ください。	パートBは、必要に応じて健康診断、特定のスクリーニング、予防接収 および その他のケアの紹介を含む予防的なサービスについての教育 および カウンセリングをカバーしております。	医師 または 医療提供者が承認した場合、一部負担、共同保険 または パートBの免責はありません
年次の「ウェルネス」診断 24ページをご参照ください。	すでに12か月以上パートBに加入されている場合、現在の健康 および リスク要因に基づいた個人的な予防プランへ発展または アップデートさせる、年次の「ウェルネス」診断を受けることができます。	医師 または 医療提供者が承認した場合、一部負担、共同保険 または パートBの免責はありません 「Welcome to Medicare」の訪問を行った場合は、最初の年次「Wellness」訪問を行う前に12ヶ月待たなければなりません。

第2章

メディケアパートB–糖尿病用品の保障

この章では、メディケア パートB（医療保険）およびその保険での糖尿病用品の保障について説明いたします。パートBに加入されており、糖尿病を患われている場合、メディケアは特定の用品をカバーいたします。この保障にはこれらの用品が含まれます：

- 血糖自己測定器および消耗品。10ページから12ページをご参照ください。
- インスリンポンプ。13ページをご参照ください。
- 治療用の靴 またはインサート。13ページから14ページをご参照ください。

血糖自己測定器および消耗品

血糖（ブドウ糖とも呼ばれています）自己測定器および消耗品は、パートBに加入されており、インスリンをご使用されていてもいなくても、糖尿病を患われておられるすべての方々に対し、耐久医療機器としてカバーしております。

自己測定器の消耗品に含まれるもの：

- 血糖値モニター
- 血糖検査ストリップ
- ランセット機材およびランセット
- 検査機器 および 検査ストリップの精度をチェックするためのブドウ糖管理ソリューション

パートBは、インスリンをご使用されていてもいなくても、糖尿病を患われている方々に同様の血糖測定器用品をカバーしております。ですが、カバーされている消耗品の量はそれぞれ異なります。

医者により医療的に必要と診断されている場合、**メディケアは追加の検査ストリップ および ランセットを提供いたします**。「医療的に必要」というのは、サービスや用品が病状の診断または治療の為に必要であり、医療行為の合意基準を満たしている事を指します。ご自身で実際に検査されている頻度を記録される必要がございます。

メディケアは、糖尿病治療の決定（食事やインスリンのレジメン/投与量の変更など）および関連用品の供給を行うために、血糖値モニターの代わりに使用が承認されている治療用連続グルコースモニター(CGM) も対象としています。インスリンを使用し、インスリン療法や投薬量を頻繁に調整する必要がある場合は、血糖値を頻繁にチェックする必要性（1日4回以上）や、インスリンポンプを使用したり1日に3回以上のインスリン注射を受ける必要性がある場合を含め、メディケアのすべての要件を満たしていると医師が判断した場合は、CGM が保障される場合があります。

糖尿病用品についてのご質問は、1-800-MEDICARE(1-800-633-4227)へお電話ください。TTYユーザーは、1-877-486-2048に電話する必要があります。

血糖自己測定器および消耗品（続き）

これらカバーされている消耗品を受領する際、医者から何を受け取る必要がありますか？

メディケアは医師よりの処方箋で、血糖自己測定器および消耗品のみをカバーいたします。処方箋に含まれるべきもの：

- 糖尿病であるか否かにかかわらず。
- どのような血糖値モニターが必要で、なぜそれが必要なのか。（視力の問題により特殊なモニターが必要な場合、医師はその旨の説明を記載しなければなりません。）
- インスリンを使用しているか否かにかかわらず。
- 血糖値を検査しなければならない頻度。
- ひと月に必要な検査ストリップとランセットの数量。

どこでこれらの消耗品を入手できますか？

- お近くの薬局にてオーダー、ピックアップが可能です。
- 消耗品は医療機器サプライヤーにオーダーが可能です。通常、「サプライヤー」とは、医療品 または 医療サービスを提供してくれる企業、個人 または代理店になります。病院または介護施設に入院している場合は除きます。この方法で消耗品を入手される場合、ご自身でお手配いただきます。オーダーするには医師よりの処方箋が必要ですが、医師があなたの為にオーダーすることはできません。

ご注意ください：

- 消耗品の補充をお忘れなく。
- ランセット および 検査ストリップを受け取るには、12か月ごとに医師より新しい処方箋をお受け取り下さい。

注意事項： メディケアは血糖値モニター、検査ストリップ および ランセットを含む、お客様より申告されなかった消耗品またはサプライヤーから自動的にお客様に送られた消耗品についてはお支払いいたしません。もしもサプライヤーがお客様に自動的に消耗品を送ってくる場合、紛らわしい広告が使われた場合、または、お客様の糖尿病用品に関して詐欺の疑いがある場合には、1-800-MEDICARE（1-800-633-4227）へご連絡ください。TTYユーザーは、1-877-486-2048までお電話ください。

必ずメディケアに加入している薬局またはサプライヤーより消耗品を入手してください。メディケアに加入していない薬局 またはサプライヤーに行かれた場合、メディケアは支払いをいたしません。**メディケアに加入していないサプライヤー または 薬局からの請求書は、全額お客様のお支払いとなります。**

血糖自己測定器および消耗品（続き）

請求はどのように支払われますか？

メディケアに登録しているすべての薬局とサプライヤーは、血糖値（グルコース）モニター、測定ストリップ、および耐久性のある医療機器の特典の対象となるその他のアイテムの請求を提出する必要があります。ご自身による血糖値モニター検査ストリップの請求の申告はできません。

薬局 または サプライヤーが、メディケアがカバーする消耗品に対しての割り当て分を了承していることを確認してください。**これでお金を節約することができます。** 薬局やサプライヤーが割り当て分を承認した場合、メディケアは薬局 またはサプライヤーへ直接支払いを行います。

割り当てを受け入れる薬局またはサプライヤーから消耗品を受け取るときは、共同保険の金額以上支払う必要はありません。もしも薬局またはサプライヤーが割り当て分を承認し**なかった**場合には、請求が高くなる場合があり、お支払いいただく額も上がる場合があります。また、お客様にサービス時に請求分を全額お支払いいただき、メディケアよりコストのシェア分が送られてくるのをお待ちいただく場合もございます。

どの薬局 または サプライヤーを利用するべきですか？

用品を入手する前に、サプライヤー または 薬局にこれらの質問をしてください：

- メディケアに加入していますか？
- 割り当て分を承認しますか？

これら二つの質問に対する回答が「いいえ」の場合、メディケアによって購入がカバーされ、確実にお金を節約するために、お住いの地域でこれらの質問に「はい」と答えてくれる別のサプライヤー または薬局をお探しください。

もしもお住まいの地域でメディケアに加入しており、割り当て分を承認してくれるサプライヤーまたは 薬局が見つけられない場合、用品を通信販売で購入されることをお勧めいたします。これでお金が節約できるかもしれません。

メディケアに加入しているサプライヤーを探すには、Medicare.gov/supplier をご覧ください。または、1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) までお電話ください。TTY ユーザーは 1-877-486-2048 までお電話ください。

インスリンポンプ

インスリンポンプは身体の外側で使用します。 メディケアパートBに加入しており、糖尿病を患われていて特定の条件を満たす方々へは、ポンプで使用するインスリンもカバーされる場合があります。特定のインスリンポンプは耐久医療機器とみなされます。「耐久医療機器」とは、医師よりご自身のご自宅で使用されることを指示された特定の医療機器のことです。

どうすればインスリンポンプを入手できますか？

インスリンポンプがご入用の場合、医師が処方箋を出してくれます。

注意事項： オリジナルメディケアでは、年次のパートBの免責後のメディケアの承認した額の20%をお支払いいただきます。メディケアはインスリンおよびインスリンポンプの費用の80%をお支払いします。耐久医療機器および糖尿病用品についての詳細についてはMedicare.govをご覧いただくか、1-800-MEDICARE（1-800-633-4227）へご連絡ください。TTY ユーザーは1-877-486-2048 までお電話ください。

治療用の靴またはインサート

パートBに加入されていて、糖尿病を患われており、特定の条件（14ページを参照ください）を満たしている場合、必要であればメディケアは治療用の靴をカバーいたします。

毎年カバーされる靴のタイプには、これらのうちの**一つ**が含まれます：

- 深-インレイの靴を一組および三組のインサート
- 足の変形によって深-インレイの靴を履くことができない場合にはカスタム成型靴（インサートを含む）を一組および追加のインサートを二組

注意事項：特定のケースにおいて、メディケアは別途のインサートまたはインサートの代わりに行う靴の改造についてもカバーする場合があります

治療用の靴またはインサート（続き）

どうすれば治療用の靴を入手できますか？

メディケアが治療用の靴の支払いを行うためには、お客様の糖尿病を治療している医師より、以下の3つの条件について証明して頂く必要がございます：

1. 糖尿病を患われている。
2. 片方の足 または 両方の足でこれらの状態のうちの一つが認められる：
   - 部分的 または 完全な足の切断
   - 過去の足潰瘍
   - 足潰瘍に至る可能性のあるたこ
   - たこの問題の兆候を伴う糖尿病による神経の損傷
   - 血行不良
   - 足の変形
3. 総合的な糖尿病ケアのプランの下で治療を受けており、糖尿病の為に治療用の靴 および/または インサートが必要な場合。

メディケアはこれらも要求いたします：

- 足病医 または 資格のある医療プロバイダーによる靴の処方。
- 医師 または 足病医、矯正士 または 義肢装具士などの資格のある個人がフィッティングし、靴を提供します。

災害時または緊急時に紛失破損した耐久医療機器または消耗品の交換

オリジナルメディケアに加入しています

オリジナルメディケアが、緊急時や災害時に破損したり紛失したりした耐久医療機器（車いすや歩行器など） または 用品（糖尿病用品など）に対して既に支払いを終えている場合：

- 特定のケースにおいて、メディケアはお客様の機器 または 用品の修理費用 または 交換費用をカバーいたします
- 通常、メディケアはお客様の機器を修理している間にレンタルされる品目（車いすなど）の費用もカバーいたします

お客様の機器または用品の交換方法についての詳細は 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)にご連絡ください。TTY ユーザーは 1-877-486-2048 までお電話ください。

メディケアアドバンテージプラン または その他のメディケアヘルスプランに加入しています

あなたのプランに直接連絡し、緊急時または災害時に破損または紛失した耐久性のある医療機器または消耗品の交換方法をご確認ください。

第3章

メディケア パートD 糖尿病の保障

この章では、メディケアに加入されており、糖尿病を患われている または 糖尿病になるリスクのある方に対してメディケアパートD（メディケア処方箋保障）についてご説明いたします。メディケア処方箋保障に加入するには、メディケアドラッグプランに加入して頂く必要がございます。

これらの糖尿病の薬品および用品は、メディケアドラッグプラン（ページ16）でカバーされています：

・インスリン。

・抗糖尿病薬。

・特定の糖尿病用品。

インスリン

メディケアドラッグプランでは、インスリン注入ポンプ および 吸入式インスリンで使用しない注射用インスリンをカバーしています。

抗糖尿病薬

インスリンによってコントロールされない血糖（ブドウ糖）は、抗糖尿病薬によって維持されます。メディケアドラッグプランは、このような抗糖尿病薬についてカバーすることが可能です：

- スルホニル尿素（グリピジド および グルブリドなど）
- ビグアニド（メトホルミンなど）
- チアゾリジンジオン、Actos® など（ピオグリタゾン）、Avandia®（ロシグリタゾン）および Rezulin®（トログリタゾン）
- Starlix®（ナテグリニド） および Prandin®（レパグリニド）を含む抗糖尿病薬のクラスであるメグリチニド
- アルファ グルコシターゼ抑制剤（Precose®など）

糖尿病用品

インスリンを注射または吸入するときに使用される医療消耗品は、糖尿病のあるメディケアパートDの方のためにカバーされる場合があります。それには以下が含まれます。

- 注射器
- 注射針
- アルコール綿
- ガーゼ
- インスリン吸入機材

詳細については

メディケアドラッグ保障に関する詳細については：

- Medicare.gov/drug-coverage-part-dをご覧ください
- 1-800-MEDICARE（1-800-633-4227）までご連絡ください。TTYユーザーは、1-877-486-2048までお電話ください。
- 州健康保険支援プログラム（SHIP）までご連絡ください。電話番号の確認にshiptacenter.orgをご覧いただくか、1-800-MEDICARE までご連絡ください。

第4章

メディケアで保障されている糖尿病のスクリーニングとサービス

4

メディケアパートBでは、糖尿病の予防、発見、治療に役立つ特定のサービス、スクリーニング、およびトレーニングについて説明します。メディケアは、健康を維持するための特定の予防サービスもカバーしています。

通常、これらのサービスを受けるには、医師に指示書または照会を書いていただかなければなりません。これらのサービスに含まれるもの：

- 糖尿病スクリーニング。18ページをご参照ください。
- メディケア糖尿病予防プログラム18〜19ページをご覧ください。
- 糖尿病の自己管理トレーニング。19〜22ページから22ページをご参照ください。
- 栄養医学的治療サービス。22〜23ページをご参照ください。
- ヘモグロビンA1c検査。23ページをご参照ください。

指示書 または 照会なしでも、メディケアがカバーするいくつかのサービスを受けることができます。これらのサービスに含まれるもの：

- フットケアおよびトリートメント。23ページをご参照ください。
- 緑内障検査。23ページをご参照ください。
- インフルエンザおよび肺炎球菌の予防接種。24ページをご参照ください。
- 予防診断（「メディケアへようこそ」予防診断 および 年次の「ウェルネス」診断）。24ページをご参照ください。

糖尿病のスクリーニング検査

お客様に糖尿病のリスクがある場合、メディケアパートBは糖尿病スクリーニング検査に対する支払いをいたします。これらの検査により、糖尿病を早期に発見することができます。これらの症状をお持ちの場合、糖尿病のリスクがございます：

- 高血圧
- 脂質異常症（異常なコレステロールおよび中性脂肪濃度の病歴）
- 肥満（特定の条件付き）
- 耐糖能（血糖）異常
- 空腹時の高血糖

メディケアは、12か月の期間内の最大2回の糖尿病スクリーニング検査に対する支払いをいたします。最初の糖尿病スクリーニング検査の後、医師が2度目の検査が必要かを判断します。メディケアはこれらの糖尿病スクリーニング検査をカバーしております：

- 空腹時血糖検査
- メディケアにより適切と判断されたその他の検査

もしも糖尿病のリスクがあるとお考えの場合、これらの検査を受けることができるか医師とご相談ください。

メデケィア糖尿病予防プログラム

メディケアパートBでは、糖尿病の予防に役立つ生涯に1回の健康行動の変更プログラムについて説明します。このプログラムは、6か月間のグループ設定で提供される16のコアセッションから始まります。これらのセッションでは、

- 食事と運動に関する現実的で永続的な行動の変更を御行うためのトレーニング
- もっと多く運動するためのヒント
- 体重を管理するための戦略
- やる気を維持するために特別に訓練されたコーチ
- 同じような目標と課題を持つ人たちからのサポート

コアセッションを完了すると、次のものを獲得できます。

- 健康的な習慣を維持するための6か月間のフォローアップセッション
- 初年度に特定の減量および出席目標を達成した場合、さらに12か月の継続的なメンテナンスセッション

メデケィア糖尿病予防プログラム（続き）

資格を得るには、次のものが必要です。

- メディケアパートB
- 12か月前のヘモグロビンA1cテスト結果が5〜7〜6%、空腹時血漿グルコース110〜125mg /dL、または2時間血漿グルコース140〜199 mg /dL（経口耐糖能試験） 最初のコアセッションに参加すること
- 肥満度指数（BMI）が25以上（アジア人の場合、BMIは23以上）
- 1型または2型糖尿病と診断されたことがないこと
- 現在、末期腎疾患（ESRD）と診断されていないこと
- メディケア糖尿病予防プログラムに参加したことがないこと

資格がある場合、これらのサービスの料金はかかりません。

糖尿病の自己管理トレーニング

メディケアは、糖尿病に対処し管理するための糖尿病外来自己管理トレーニングを対象としています。プログラムには、糖尿病を治療している医師またはその他の資格のある医療提供者からの健康的な食事、アクティブな状態、血糖値の監視、薬の服用、リスクの軽減に関するヒントが含まれる場合があります。

糖尿病の自己管理トレーニング（続き）

医師または他の医療提供者は通常、糖尿病の自己管理トレーニングを受ける場所に関する情報を提供します。このトレーニングは、承認された個人またはプログラムから、医師または他の医療提供者が準備するケア計画の一部として入手しなければなりません。これらのプログラムと個人は、糖尿病の自己管理トレーニングのCMS認定認定機関によって認定されています。

どれくらいのトレーニングがカバーされていますか？

糖尿病の自己管理トレーニングクラスは、糖尿病教育における特別なトレーニングを受けたプロによって教えられています。必要に応じて、最初のトレーニングを10時間、フォローアップトレーニングを2時間まで受けることができます。

初級のトレーニングは、トレーニング開始から12か月以内に修了しなければなりません。最初のトレーニングには、個人と1対1で1時間のトレーニングが含まれています。通常、残りの9時間のトレーニングはグループレッスンになります。

重要：医師またはその他の医療プロバイダーは、以下を処方することができます：適切な場合、初期トレーニングにおいて最大10時間はグループレッスンではなく、1対1の個人トレーニングとすることができる。1対1トレーニングの適応とは、低視力、聴覚障害、言語やその他のコミュニケーションの難しさ、認知の限界がある場合などです。さらに、オーダー日から2ヶ月以内にグループが利用できない場合でも、1対1のトレーニングが対象となります。

糖尿病の自己管理トレーニング（続き）

必要な場合は、初期トレーニングを受けた年以降、毎年最大2時間のフォローアップトレーニングが適用されます。フォローアップトレーニングの資格を得るには、医師またはその他の医療プロバイダーから書面による処方を受けなければなりません。このフォローアップトレーニングは、グループでも個人レッスンのいずれかでも構いません。メディケアがこれをカバーするには、医師またはその他の医療プロバイダーによる処方箋が毎年必要となることをご了承ください。

注意事項： 糖尿病自己管理訓練は多くの Federally Qualified Health Centers （FQHC）で利用できます。FQHCは、医学的なサービスが不十分な農村地帯や都市部において、主要な公共医療および認定された予防サービスを提供します。FQHCの例には、地域保健センター、移民保健センター、ホームレスプログラムのためのヘルスケア、公営住宅プライマリケアセンター、部族または部族組織または都市インドの組織によって運営されている外来患者の健康プログラムや施設が含まれます。これにはパートBの控除は適用されません。FQHCの詳細につきましては、1-800-MEDICARE（1-800-633-4227)に電話してください。TTY ユーザーは 1-877-486-2048までお電話ください。

遠隔医療： 医療提供者が農村地域にいる場合、糖尿病の自己管理トレーニングサービスは、別の場所にいる登録栄養士などの医療従事者から遠隔ヘルスを介して受けることができる場合があります。遠隔ヘルスサービスは、農村部の特定の種類のヘルスケアの場所は開業医に確認し、トレーニングの一部が遠隔ヘルスを介して提供できるかどうかを確認してください。テレヘルスサービスの詳細については、1-800-MEDICARE（1-800-633-4227）までお問い合わせください。

このトレーニングでは何を学習するのですか？

糖尿病の自己管理トレーニングを通じて、糖尿病をうまく管理する方法を学びます。これには、セルフケアとライフスタイルの変化に関する情報が含まれます。最初のセッションは、インストラクターがニーズをよりよく理解するのに役立つ個別の評価です。

クラスでのトレーニングには、これらのトピックが含まれます：

- 糖尿病に関する一般知識、血糖値管理の利点 および 血糖値管理の不備によるリスク
- お客様のダイエットを管理する栄養と方法
- 血糖値管理の管理および改善のオプション

糖尿病の自己管理トレーニング（続き）

- お客様の健康維持のためのエクササイズおよびその重要性について
- 薬の適切な摂取方法
- 血糖値検査 および 糖尿病管理を改善するためのその情報の利用方法
- 糖尿病による急性および慢性の合併症の予防、認識および治療の方法
- 足、皮膚および歯のケア
- ダイエット、エクササイズおよび薬物療法が血糖に及ぼす影響について
- 生活習慣の変化、ゴールの設定、リスクの低減および問題の解決
- 糖尿病であるということに感情的に適応する方法
- 家族の介入およびサポート
- ヘルスケアシステムおよびコミュニティのリソースの利用

栄養医学的治療サービス

糖尿病の自己管理トレーニングに加えて、医療栄養療法サービスは、糖尿病または腎疾患を持つ人のためのメディケアパートBでもカバーされています。これらのサービスを受けるには、空腹時の血糖値が特定の基準を満たしていなければなりません。さらに、医師またはその他の医療プロバイダーによるサービスに対する処方箋が必要です。

登録されている栄養士または栄養に関する特定のプロがこれらのサービスを提供することができます：

- 栄養カウンセリング（どのような食べ物を摂取するか、個別の糖尿病患者用食事のプランの実行方法）
- 糖尿病に影響する生活習慣の管理方法

メディケアがMNTサービスに支払いを行うためには、医師またはその他の医療プロバイダーによる処方箋が毎年必要となることにご注意ください。

栄養医学的治療サービス（続き）

注意事項：医療栄養療法は、多くの Federally Qualified Health Centers（FQHC）で利用できます。FQHCは、医学的なサービスが不十分な農村地帯や都市部において、主要な公共医療および認定された予防サービスを提供します。FQHCの例には、地域保健センター、移民保健センター、ホームレスプログラムのためのヘルスケア、公営住宅プライマリケアセンター、部族または部族組織または都市インドの組織によって運営されている外来患者の健康プログラムや施設が含まれます。これにはパートBの控除や共同保険は適用されません。FQHCの詳細につきましては、1-800-MEDICARE（1-800-633-4227)までご連絡ください。TTY ユーザーは 1-877-486-2048 までお電話ください。

遠隔医療：あなたの医療提供者が地方にいる場合、登録栄養士または他の場所にいる他の栄養専門家のような医療従事者から医療栄養療法サービスを受けることができるかもしれません。遠隔医療サービスは、農村部の特定のタイプの医療施設の患者のみが利用できるため、これらのサービスの一部が遠隔医療を介して提供できるかどうかをプロバイダーに確認してください。

フットケアおよびトリートメント

どちらかの足に糖尿病関連の神経損傷がある場合、メディケアパートBは、6か月ごとに1回の足病医または他のフットケアの専門家による足の検査をカバーします。過去6カ月に他の足の問題についてフットケアの専門医を受診していない限り、フットケアを受ける際は、主治医または糖尿病の専門家の管理下にいなければならないことを覚えておいてください。

ヘモグロビンA1c検査

ヘモグロビンA1c検査は、過去3か月間に血糖値がどの程度制御されているかを測定するラボテストです。糖尿病の場合、この検査は、医師から指示された場合、パートBでカバーされます。

緑内障検査

メディケアパートBでは、あなたが緑内障のリスクが高いとみなされた場合、12カ月ごとに1回あなたの目の緑内障検査の費用を支払います。あなたが糖尿病にかかっている場合、家族の緑内障歴、またはアフリカ系アメリカ人で50歳以上、またはヒスパニック系で65歳以上の場合、この検査は、あなたの州でこのサービスの提供を法的に許可されている眼科医が行うか、監督する必要があります。

インフルエンザおよび肺炎球菌注射（予防接種）

パートBは、通常のインフルエンザのシーズンである秋 または 冬に受ける予防接種に対してお支払いいたします。また、パートBは肺炎球菌感染症（特定の肺炎など）の予防接種に対してもお支払いいたします。パートBは、はじめの肺炎球菌予防接種から11か月後の別の予防接種に対してもお支払いいたします。これらの予防接種が必要か、医師 または その他のヘルスケアプロバイダーにご相談ください。

「メディケアへようこそ」 予防診断

パートBでは、パートBの最初の12か月以内の予防サービスに関する1回限りの健康レビューと教育と相談について説明します。これには、特定のスクリーニングに関する情報、予防接種 および 必要な場合の他のケアについての照会が含まれています。「メディケアへようこそ」の予防診断は、お客様に必要な糖尿病スクリーニング検査などの予防サービスについて、医師と話ができる良い機会となっております。

年次の「ウェルネス」診断

すでに12か月以上メディケアパートBに加入されている場合、現在の健康 および リスク要因に基づいた個人的な予防プランへ発展 または アップデートさせる、年次の「ウェルネス」診断を受けることができます。含まれるもの：

- 医療 および 家族の病歴の見直し
- 現在のプロバイダー および 処方箋の薬品のリスト
- 身長、体重、血圧、その他のルーチン測定
- 適切な予防サービスの為のスクリーニングのスケジュール
- リスク要因 および その対策のリスト

メディケアで保障されていない消耗品およびサービス

オリジナルメディケア および メディケアドラッグプランが全てをカバーしているわけではございません。例えば、以下の用品およびサービスはカバーされません：

- 白内障手術後を除いて、眼鏡やその検査（屈折と呼ばれる）
- 整形靴 （足に障害があるが、傷の無い方用の靴）
- 美容外科

第5章

役立つヒント およびリソース

5

お客様のニーズに合ったヘルスケアの選択をお手伝いするための情報もご用意しております。

糖尿病用消耗品とサービスのメディケアの適用範囲の詳細については、Medicare.govにアクセスするか、1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)に電話してください。TTYユーザーは 1-877-486-2048に電話することができます。

糖尿病をコントロールするヒント

ご自分の糖尿病の制御を助けるために多くのことができます。以下はお客様の健康維持に必要なヒントです：

正しい食生活

- どのような物を食べるか、どのくらいの量を食べるのか、 いつ食べるのかなど、食生活について医師とご相談ください。医師、糖尿病の教育者 または その他のヘルスケアプロバイダーは、お客様に適した食生活をご提案できます。
- 理想的な体重について医師とご相談ください。医師は、お客様の目標とする体重へ到達するための様々な方法を教えてくれます。

指示された薬を飲む

- 問題がある場合には、医師にご相談ください。

運動

- 毎日30分の運動を心がけてください。活発でいるために役立つ運動について、医師にご相談ください。

これらを確認してください

- 医師の指示通りに、血糖（ブドウ糖）を確認してください。記録帳に記録されることをお勧めします。その記録を医師にお見せください。
- 足の切り傷、水膨れ、痛み、むくみ、赤み または 爪の痛みを確認してください。足の健康を保つことは、重大な足の問題の予防にとても重要です。
- 頻繁に血圧を測定してください。
- 喫煙される場合、禁煙について医師にご相談ください。メディケアは、医師からの指示がある場合、禁煙（禁煙のカウンセリング）についてもカバーいたします。

これらのヒントをご利用いただき、糖尿病を適切に管理してください。医師、糖尿病の教育者 または その他の医療プロバイダーと、ご自身に適した治療、受けるべき検査およびどのように糖尿病を管理するかについてご相談ください。また、ご自身が受けられる治療のオプションについて医師とご相談されることもお勧めいたします。お客様と医師とで最も適切な方法を決定することができます。さらに詳しくは、次の2ページに記載されている団体へご連絡ください。

電話番号 および ホームページ

Centers for Disease Control and Prevention (CDC), Department of Health and Human Services (HHS)

cdc.gov/diabetes
1-800-232-4636
（質問 および 出版物）

CDC Division of Diabetes Translation
1600 Clifton Road
Atlanta, Georgia 30333

Healthfinder

healthfinder.gov

Indian Health Service

1-505-256-6716

Division of Diabetes Treatment & Prevention
4101 Indian School Road NE, Ste 225
Albuquerque, New Mexico 87110

電話番号およびホームページ（続き）

National Diabetes Education Program (NDEP)

ndep.nih.gov
1-800-860-8747

National Diabetes Education Program
9000 Rockville Pike
Bethesda, Maryland 20892

National Institute of Diabetes & Digestive & Kidney Diseases (NIDDK) of the National Institutes of Health (NIH), DHHS

niddk.nih.gov
niddk.nih.gov/health-information/diabetes
1-800-860-8747 (Clearinghouse)

注意事項

CMSのアクセス可能な通信

障害のある人が当社のサービス、活動、プログラム、およびその他の特典に平等に参加できるようにするため、当社はアクセス可能な形式での通信を提供しています。メディケアおよびメディケイドサービスセンター（CMS）は、情報を含む無料の補助援助とサービスを提供しています。点字、大活字、データ/音声ファイル、リレーサービス、tty通信などのアクセス可能な形式で.CMSからアクセス可能な形式の情報を要求する場合、それを提供するために必要な追加の時間によって不利になりません。請求処理に遅れがある場合は、アクションを実行するための余分な時間を確保します。

下記の方法で、メディケアまたはマーケットプレイスの情報を請求してください。

1. **お電話ください**: 1-800-MEDICARE（1-800-633-4227）
   TTY: 1-877-486-2048.
2. **メールしてください**: altformatrequest@cms.hhs.gov.
3. **ファックスを送信してください**: 1-844-530-3676.
4. **手紙を送ってください**:

   Centers for Medicare & Medicaid Services
   Offices of Hearings and Inquiries (OHI)
   7500 Security Boulevard, Mail Stop S1-13-25
   Baltimore, MD 21244-1850
   Attn: Customer Accessibility Resource Staff

請求には、ご氏名、お電話番号、必要な情報の種類（わかっている場合）、および資料の送付先住所を含める必要があります。詳細につきましては、ご連絡する場合があります。

注意事項：メディケア・アドバンテージプランまたはメディケア処方薬プランに登録している場合は、プランに連絡して、アクセス可能な形式で情報を請求してください。メディケイドについては、州または地元のメディケイド事務所にお問い合わせください。

差別禁止通知

メディケア＆メディケイドサービスセンター（CMS）は、人種、肌の色、出身国、障害、性別、または入場や参加する年齢に基づいて、CMSによって直接実行される、または請負業者またはCMSがプログラムおよび活動を実行するよう手配する他の団体を通じてかにかかわらず、そのプログラムおよび実行される活動のいずれかの下でのサービスおよび利益の受け取りにおいて個人を除外したり、利益を拒否したり、差別をしたりしません。

使用できる形式で情報を取得することに懸念がある場合は、この通知に記載されている方法でCMSに連絡することができます。

情報の取得に関する問題の発生など、CMSプログラムまたは活動で差別を受けていると思われる場合は、苦情を申し立てることもできます。メディケア・アドバンテージプラン、メディケア処方薬プラン、州または地方のメディケイドオフィス、マーケットプレイス認定ヘルスプランからアクセス可能な形式で。米国保健福祉省、公民権局に苦情を申し立てる方法は3つあります。

1. **オンライン**：hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/index.html.
2. **電話で**：1-800-368-1019に電話してください。TTYユーザーは1-800-537-7697に電話をかけることができます。
3. **書面で**：苦情の宛先：公民権局

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

提供元：保健福祉省

**U.S. DEPARTMENT OF
HEALTH AND HUMAN SERVICES**

Centers for Medicare & Medicaid Services
7500 Security Boulevard
Baltimore, Maryland 21244-1850

公用
私用で使用した場合、300ドルの罰金

CMS Product No. 11022-Japanese
Revised December 2019

Medicare Coverage of Diabetes Supplies, Services, & Prevention Programs

- Medicare.gov
- 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)
- TTY: 1-877-486-2048

CMS
CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES