2013 年 9 月改訂

糖尿病に関わるメディケアの医薬品および診療保障

この政府公式案内には以下に関する重要な情報が掲載されています。

- 保障対象となるもの
- 保障対象外のもの
- 健康維持に役立つヒント
- 詳しい情報の入手先

本書内の情報は印刷時点で正確な情報です。　印刷後に変更が生じる場合があります。Medicare.gov ウェブサイトもしくは電話 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) で最新情報をご確認ください。TTY ユーザーは、1-877-486-2048 へおかけください。

目次

はじめに 3

セクション 1: メディケア糖尿病保障の概要 4

セクション 2: メディケア パート B 保障対象となる糖尿病医薬品 8

血糖値自己検査キット & 医薬品 9
インスリンポンプ 12
治療靴またはインソール 12

セクション 3: メディケア パート D 糖尿病保障 14

インスリン 15
抗糖尿病薬 15
糖尿病医薬品 15
詳しい情報 15

セクション 4: メディケア保障の対象となる糖尿病サービス 16

糖尿病検診 17
糖尿病自己管理トレーニング 17
医学的栄養療法 20
足の検査 & 治療 20
ヘモグロビン A1c 検査 21
緑内障検査 21
インフルエンザおよび肺炎球菌予防注射（ワクチン接種） 21
「ようこそメディケアへ」予防受診 21
毎年の「健康維持」受診 22
メディケアの対象とならない医薬品 & サービス 22

セクション 5: 役立つヒント & 情報 23

収入や資産が十分でない方のための情報 24
糖尿病管理のヒント 24
電話番号 & ウェブサイト 26

はじめに

本書では、オリジナル・メディケアおよびメディケア処方箋薬保険（パート D）における糖尿病に関わる医薬品および診療の保障について説明しています。

オリジナル・メディケアは、メディケア パート A（病院費用保険）および/またはパート B（医療保険）加入者の医療費を政府が医療提供者へ診療ごとに直接支払うサービスです。

メディケア補足保険（メディギャップ）など、オリジナル ・ メディケアを補う他の保険に加入している場合は、 その補足保険が本書に記載した医療費の一部を保障することがあります。ご自分のプランの保障内容担当者に詳細を確認してください。

メディケア・アドバンテージ・プラン (HMO、PPO など) もしくは他のメディケア・プランに加入されている場合、加入されているプランは最低限オリジナル ・ メディケアと同じ保障を提供するはずですが、規約が異なる場合があります。医療を受ける際の費用、権利、保護、選択肢は、ご加入のプランによって異なることがあります。また、追加保障を受けることも可能です。ご自分の保障の詳細は、加入しているプランの資料を読む、あるいは保障内容担当者に電話でご確認ください。

以降の項目をお読みになる前に、 以下の用語をご確認ください。

自己負担率： これは、免責額を支払った後に、診療費の負担金として支払いが必要になることがある金額です。通常、自己負担率はパーセントで示されます（20 パーセントなど）。

自己負担額： 診療、病院外来、処方箋薬などの診療または医薬品費用の負担金として支払いが必要になることがある金額です。 通常、 被保険者負担額はパーセントではなく金額で示されます。たとえば、診療や処方箋薬に関して 10 ドルもしくは 20 ドルの支払いなどです。

免責額： オリジナル ・ メディケアや処方箋薬プラン、もしくは他の保険が支払いを開始する前に、加入者が治療費や処方箋薬の費用を支払う必要がある金額です。

メディケア承認額： オリジナル・メディケアでは、これはメディケアの指定額に同意する医師や供給業者に支払われる額です。 医師や供給業者が請求する実際の金額より少なくなる場合があります。メディケアがこの額の一部を負担し、加入者が差額を負担します。

セクション 1: メディケア糖尿病保障の概要

6〜8 ページの表に、メディケア（パート B およびパート D）で保障される糖尿病の診療および医薬品の一部概要を示しています。通常、メディケア パート B (医療保険) では、糖尿病患者に対する診療を保障します。また、パート B では、糖尿病のリスクがある人への一部予防診療も保障します。メディケア パート D (メディケア処方箋薬保険) では、インスリンの注射や吸入に使用する糖尿病医薬品も保障します。パート B の保障対象となる医薬品や診療を受けるには、パート B への加入が必要です。パート D の保障対象となる医薬品の提供を受けるには、メディケア処方箋薬プランへの加入が必要です。

医薬品/診療	保障対象となるもの	加入者の負担
抗糖尿病薬 16 ページ参照。	パート D では、血糖値(グルコース)を維持するための抗糖尿病薬を保障します。	自己負担率もしくは自己負担額 パート D 免責額も適用されることがあります。
糖尿病検診 18 ページ参照。	主治医が糖尿病のリスクがあると判断した場合は、パート B でこの検診を保障します。毎年、最高 2 回の検診受診資格があります。	自己負担率、自己負担額、パート B 免責額は適用されません 通常は、メディケア診療費承認額の 20%
糖尿病自己管理トレーニング 18〜20 ページ参照。	パート B は糖尿病の合併症のリスクがある外来患者のトレーニング、または最近糖尿病と診断された外来患者への糖尿病管理指導を保障します。主治医もしくは他の医療提供機関が認定糖尿病自己管理教育プログラムへの文書での指示を提供する必要があります。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
糖尿病のキットおよび医薬品 10 ページの血糖値自己検査キット&医薬品を参照	パート B では、耐久性のある医療機器および医薬品規定に基づき、 血糖値検査ストリップ、ランセット器具 ・穿刺針を含む器具を使用する血糖値検査家庭用血糖値(グルコース)モニターを保障します。これらの医薬品の使用量、 使用頻度に制限がある場合があります。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
糖尿病医薬品 16 ページ参照。	パート D では、インスリン投与に必要な特定の医薬品 (注射器、 注射針、アルコール消毒綿、ガーゼ、インスリン吸入器など)を保障します。	自己負担率もしくは自己負担額 パート D 免責額も適用されることがあります。

医薬品/診療	保障の対象となるもの	加入者の負担
インフルエンザ & 肺炎球菌予防注射 22 ページ参照。	**インフルエンザ予防注射** — インフルエンザの予防に有効です。通常、これは秋もしくは冬のインフルエンザシーズンにつき 1 回のみ保障されます。毎年異なるウィルスに対する予防注射が必要です。メディケア パート B がこの予防注射を保障します。 **肺炎球菌予防注射** — 肺炎球菌 (肺炎の一種) への感染予防に有効です。大半の人は、 一生に一回のみこの予防注射が必要です。パート B がこの予防注射を保障します。	主治医もしくは医療提供者がメディケアの指定額に同意している場合、自己負担率、自己負担額、またはパート B 免責額は適用されません。
足の検査 & 治療 21 ページ参照。	パート B では、糖尿病性の末梢神経障害および防御感覚喪失の患者を対象に 6 カ月ごとに足の検査を保障します。但し、 患者が検査の間に他の理由で足の専門医の治療を受けていないことを条件とします。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
緑内障検査 22 ページ参照。	パート B では、緑内障の発見に有効な検査を保障します。緑内障のリスクが高い人を対象に、12 カ月に 1 回の検査が保障されます。糖尿病である、緑内障の家族がいる、50 歳以上のアフリカ系アメリカ人である、65 歳以上のヒスパニック系アメリカ人である場合、 緑内障のリスクが高いとみなされます。 この検査は、州の法的認可を受けた眼科医が実施する必要があります。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
インスリン 16 ページ参照。	メディケア 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保障します。	自己負担率もしくは自己負担額 パート D 免責額も適用されることがあります。

医薬品/診療	保障対象となるもの	加入者の負担
インスリンポンプ 13 ページ参照。	メディケア パート B では、インスリン注入ポンプおよび所定の条件を満たす人を対象とした耐久性のある医療機器規定に基づいて使用される器具のインスリンを保障します。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
医学的栄養療法 21 ページ参照。	パート B では、加入者が糖尿病もしくは腎臓病で、主治医からこの療法への紹介がある場合、医学的栄養療法および特定の関連診療を保障します。	主治医もしくは医療提供者がメディケア指定額に同意している場合、 自己負担率、 自己負担額、またはパート B 免責額は適用されません。
治療靴、インソール 13 ページ参照。	パート B では、糖尿病性壊疽が深刻な糖尿病患者を対象に、治療靴やインソールを保障します。 糖尿病の主治医が治療靴やインソールの必要性を証明する必要があります。 この靴とインソールは、 足病医もしくは他の適格な医師が処方し、足病医、矯正医、義肢装具士、もしくは靴専門装具士が提供する必要があります。	パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20%
「ようこそメディケアへ」予防受診 22 ページ参照。	パート B では、予防診療に関して、特定の検診や注射、 必要に応じた他の治療への紹介を含む、1 回限りの健康診断、アドバイス、 カウンセリングを保障します。 **注:** パート B 加入後 12 カ月以内の受診が必要です。	主治医もしくは医療提供者がメディケア指定額に同意している場合、 自己負担率、 自己負担額、またはパート B 免責額は適用されません。
毎年の「健康維持」受診 23 ページ参照。	パート B に加入後、既に 12 カ月が超過している場合、現在の健康状態やリスク要因に基づく個人の予防プラン作成・更新を目的とした年 1 回の「健康維持」診療を受診することができます。	主治医もしくは医療提供者がメディケア指定額に同意している場合、 自己負担率、 自己負担額、またはパート B 免責額は適用されません。 「ようこそメディケアへ」予防受診後は、年 1 回の「健康維持」受診まで 12 カ月待っていただく必要があります。

セクション 2: メディケア パート B 保障対象となる糖尿病医薬品

このセクションでは、メディケア パート B（医療保険）およびその糖尿病医薬品保障に関する情報を示しています。メディケアは、糖尿病患者でパート B 加入者を対象に、特定の医薬品を保障します。保障対象となる医薬品には以下が含まれます。

- 血糖値自己検査キットおよび医薬品
  10～13 ページ参照。
- インスリンポンプ13 ページ参照。
- 治療靴またはインソール13～14 ページ参照。

血糖値自己検査キット & 医薬品

血糖値（血中グルコース）自己検査キットおよび医薬品は、耐久性のある医療器具として、インスリンを使用していない場合でも、メディケア パート B に加入している糖尿病患者全員を対象に保障されます。

自己検査用医薬品には以下が含まれます。

- 血糖値モニター
- 血糖値検査ストリップ
- ランセット器具および針
- 検査器具および検査ストリップの精度をチェックするためのグルコース対照溶液

パート B では、インスリンを使用しているかどうかに関わらず、糖尿病患者を対象としたこれと同種の血糖値検査用医薬品を保障します。 但し、 保障対象となる医薬品の量は異なります。インスリン使用者には、3 カ月ごとに最大 300 個の検査ストリップおよび 300 個のランセットが保障対象となります。

インスリンを使用していない場合は、 3 カ月ごとに最大 100 個の検査ストリップおよび 100 個のランセットが保障対象となります。

主治医が治療上の必要性を示した場合、**メディケアは追加の検査ストリップとランセットを認めます**。「治療上の必要性」とは、病状の診断や治療および医療行為の一般的な基準を満たすために、かかるサービスや医薬品が必要であることを意味します。実際の自己検査回数を証明する記録をつける必要がある場合があります。

糖尿病医薬品に関するご質問は、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 におかけください。

2013 年 7 月に開始された全米メールオーダープログラムにより、糖尿病検査キットの費用を節約することができます。自宅への医薬品配達を選択される場合、糖尿病検査用医薬品費用をメディケアが負担するには、メディケア契約供給業者を利用していただく必要があります。このプログラムの詳細は、Medicare.gov ウェブサイトをご覧ください。

血糖値自己検査キット & 医薬品（続き）

保障対象となる医薬品を入手するには、主治医から何を得る必要がありますか？

メディケアは、主治医からの処方せんに基づく血糖値自己検査キットおよび医薬品のみを保障します。この処方せんには以下の記載が必要です。

- 糖尿病であるかどうか。
- 必要な血糖値モニターの種類およびそのモニターが必要な理由。（視覚障害があるために特別なモニターが必要な場合、主治医からの説明が必要です）
- インスリンを使用しているかどうか。
- 血糖値の検査が必要な頻度。
- 1 カ月に必要な検査ストリップおよびランセットの数。

どこでこれらの医薬品を入手できますか？

- 薬局でこれらの医薬品を注文して入手することができます。
- 医療機器供給業者に医薬品を注文することもできます。通常、「供給業者」とは、医療品、サービスを提供する会社、個人、代理店となります。但し、病院や高度看護施設に入院している場合を除きます。この方法で医薬品を入手するには、ご自分で発注しなければなりません。発注するには、主治医からの処方せんが必要ですが、主治医がこのような医薬品をあなたに代わって発注することはできません。

ご注意ください：

- 医薬品の補充はご自分で注文する必要があります。
- ランセットおよび検査ストリップについては、12 カ月ごとに主治医の新しい処方せんが必要です。

注：メディケアは、血糖値モニター、検査ストリップ、ランセットを含めて、注文をしなかった医薬品、または供給業者から自動的に送付された医薬品に対しては支払を行いません。自動的に送付された医薬品が届いた、誤解を招く広告を受け取った、自分の糖尿病に関連した不正が疑われる場合は、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 へおかけください。

メディケアに登録している薬局や供給業者から医薬品を入手する必要があります。メディケアに登録していない薬局や供給業者で医薬品を購入されると、メディケアは費用を支払いません。**非登録薬局や非登録供給業者から入手した医薬品は全額自己負担になります。**

血糖値自己検査キット & 医薬品（続き）

保険金の請求方法は?

メディケアに登録している全ての薬局および供給業者が、血糖値（グルコース）モニター検査ストリップの保険金請求を提出しなければなりません。血糖値モニター検査ストリップの保険請求を、加入者が提出することはできません。

薬局や供給業者がメディケアの指定額に同意しているかどうかを確認してください。メディケア指定額とは、加入者（メディケアに加入している人）およびメディケアと、医師、その他医療機関、供給業者、提供者との間の合意のことです。**加入者は費用を節約することができます**。薬局や供給業者がメディケアの指定額に同意した場合、メディケアはその薬局や供給業者に直接費用を支払います。

請求に関して、加入者は薬局や供給業者から医薬品を入手した際に自己負担率のみを支払います。薬局や供給業者がメディケア指定額に同意して**いない**場合、請求額はより高額になり、加入者の負担額も高くなる場合があります。サービスを受けた時点で請求額全額を自己負担し、メディケア負担分の送金を待たなければならない場合もあります。

利用すべき薬局や供給業者は?

医薬品を入手する前に、供給業者や薬局に以下の質問をすることが大切です。

- メディケアに登録していますか?
- メディケア指定額に同意していますか?

これら 2 つの質問のいずれかの回答が「いいえ」である場合、お住まいの地域で「はい」という回答が得られる別の供給業者や薬局に電話をして、購入する医薬品がメディケアの対象となっており、費用を節約できることを確認してください。同じ質問をしてください。

お住まいの地域にメディケアに登録しており、メディケア指定額に同意している供給業者や薬局がない場合、通販で医薬品を注文することができます。これは費用の節約になります。

血糖値自己検査キット & 医薬品（続き）

インスリンポンプ

パート B 加入者で一定の条件を満たす一部の糖尿病患者を対象として、インスリンポンプ本体外側の摩耗およびこのポンプで使用するインスリンを含めて保障される場合があります。インスリンポンプは、耐久性のある医療機器とみなされます。「耐久性のある医療機器」とは、家庭での使用を目的として主治医が発注する特定の医療機器です。

インスリンポンプの入手方法は?

インスリンポンプを使用する必要がある場合は、主治医が処方します。

注: オリジナル・メディケアでは、パート B の年間免責額支払後、メディケア承認額の 20% が自己負担となります。インスリンポンプの費用の 80% は、メディケアが支払います。メディケアは、インスリンポンプで使用するインスリンも保障します。耐久性のある医療機器および糖尿病医薬品の詳細は、 Medicare.gov ウェブサイトをご覧いただくか、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 へおかけください。

治療靴またはインソール

パート B に加入している糖尿病患者で所定の条件（14 ページ）を満たす場合、メディケアは治療靴が必要な場合はこれを保障します。

毎年の保障対象となる靴の種類は以下のうちいずれかとなります。

- 矯正用中敷きを敷いた靴 1 足、インソール 3 足分。
- 足の変形により矯正用中敷きを敷いた靴をはけない場合はカスタムメイド靴（インソールを含む）1 足および追加インソール 2 足分。

注: メディケアがインソールの代わりに、別途中敷きまたは靴の改造を保障する場合もあります。

治療靴またはインソール（続き）

治療靴の入手方法は?

メディケアが治療靴の費用を支払うには、以下の 3 つの条件を加入者が満たしていることを糖尿病の主治医が証明する必要があります。

1. 糖尿病患者である。
2. 片足もしくは両足が次の条件のうち 1 つに該当する：
   - 足の部分切断もしくは完全切断
   - 足部潰瘍を患っていた
   - 足部潰瘍に至る可能性がある皮膚硬結
   - 皮膚硬結の兆候がある糖尿病性神経障害
   - 循環不良
   - 足の変形
3. 総合糖尿病治療プランに基づく治療を受けており、 糖尿病が原因で治療靴および/またはインソールが必要である。

メディケアでは、以下も必要とします。

- 足病医もしくは他の適格な医師が靴を処方すること
- 医師、 または靴専門装具士や矯正医、 義肢装具士など他の適格な個人がかかる靴の調整、提供を行うこと

セクション 3: メディケア パート D 糖尿病保障

このセクションでは、糖尿病患者もしくは糖尿病のリスクがある人を対象とするメディケア パート D（メディケア処方箋薬保険）に関する情報を示しています。メディケア処方箋薬保障を受けるには、メディケア処方箋薬プランに加入する必要があります。メディケア処方箋薬保障の詳細は、1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) へお問い合わせください。TTY ユーザーは、1-877-486-2048 へおかけください。

メディケア処方箋薬プランの対象となる糖尿病処方箋薬および医薬品は以下のとおりです。

- インスリン。16 ページ参照。
- 抗糖尿病薬。16 ページ参照。
- 特定の糖尿病医薬品。16 ページ参照。

インスリン

メディケア処方箋薬プランは、インスリン吸入ポンプおよび吸入式で使用されないインスリン注射剤を保障します。

抗糖尿病薬

インスリンでコントロールできない血糖値（グルコース）は、抗糖尿病薬で維持します。メディケア処方箋薬プランは次のような抗糖尿病薬を保障します。

- スルホニル尿素 (グリピザイド、グリブリドなど)
- ビグアニド (メトホルミンなど)
- チアゾリジンジオン、アクトス® (ピオグリタゾン)、アバンディア® (ロシグリタゾン)、リズリン® (トログリタゾン)など
- スターリックス® (ナテグリニド) や プランディン® (レパグリニド) を含む抗糖尿病薬に分類されるメグリチニド
- アルファ・グルコシダーゼ阻害薬 (Precose® など)

糖尿病医薬品

インスリンを注射または吸入する際に使用する医薬品は、メディケア パート D に加入している糖尿病患者を対象に保障される場合があります。対象となる医薬品には以下が含まれます。

- 注射器
- 注射針
- アルコール消毒綿
- ガーゼ
- インスリン吸入器

詳しい情報

メディケア処方箋薬保障についての詳しい情報は下記で入手してください。

- Medicare.gov ウェブサイト
- 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)。への電話問い合わせ TTY ユーザーは、1-877-486-2048 へおかけください。
- 州の健康保険援助プログラム（SHIP）の電話番号は、Medicare.gov/contacts ウェブサイトをご覧いただくか、1-800-MEDICARE へお電話ください。

セクション 4: メディケア保障の対象となる糖尿病サービス

本項記載の糖尿病サービスは、特に記載がない限り、すべてメディケア パート B の保障対象となります。

糖尿病患者には、メディケアは特定のサービスを保障します。通常、これらのサービスを受けるには主治医からの書面での指示または紹介状が必要です。医師から指示書が提供され次第、可能な限り速やかにサービス提供を受けてください。サービスを受ける前に、 主治医からの書面での指示を必ず入手する必要があります。 これらのサービスには以下が含まれます。

- 糖尿病検診。18 ページ参照。
- 糖尿病自己管理トレーニング。18〜20 ページ参照。
- 医学的栄養療法サービス。21 ページ参照。
- ヘモグロビン A1c 検査。22 ページ参照。

指示書または紹介状がなくとも、 一部のメディケア保障対象サービスを受けることができます。これらのサービスには以下が含まれます。

- 足の検査 & 治療。21 ページ参照。
- 緑内障検査。22 ページ参照。
- インフルエンザ & 肺炎球菌予防注射 。22 ページ参照。
- 予防受診 (「ようこそメディケアへ」予防受診および年 1 回の「健康維持」のための受診)。22〜23 ページ参照。

糖尿病検診

メディケアは糖尿病のリスクが高い場合は、糖尿病検診を保障します。このような検診は、糖尿病の早期発見に活用されます。糖尿病のリスクが高いとみなされる状況には以下が含まれます。

- 高血圧
- 異常脂質血症 (コレステロールおよびトリグリセリド異常の病歴)
- 肥満 (特定の条件下)
- 耐糖能異常
- 高空腹時血糖値

メディケアは 12 カ月間に 2 回の糖尿病検診を保障します。初回の糖尿病検診以降は、主治医が 2 回目の検査受診時期を決定します。糖尿病検診には、以下が含まれます。

- 空腹時血糖値検査
- メディケアが適宜承認する他の検査

ご自分が糖尿病のリスクが高いと思われる場合は、 メディケアの保障対象となる糖尿病検診を受けられるかどうか、主治医にご相談ください。

糖尿病自己管理トレーニング

糖尿病自己管理トレーニングによって、自分の糖尿病をうまく管理する方法を学ぶことができます。メディケアがこれを保障するには、このトレーニングに対する主治医の処方が必要です。

過去 12 カ月間に以下のうち 1 つの条件を満たしていれば、糖尿病自己管理トレーニングを受けることができます。

- 糖尿病と診断された。
- 糖尿病治療薬を服用しないことから服用することに変更した、 あるいは経口薬からインスリンに変更した。
- 糖尿病患者で、最近メディケア資格を得た。
- 糖尿病性合併症のリスクがある(以下を参照)。

以下のうちいずれかに該当する場合、主治医はリスクが高まったと判断することがあります。

- 血糖値管理に問題があり、救急処置室で治療を受けた、あるいは糖尿病が原因で一晩入院した。
- 糖尿病性の眼病と診断された。
- 足の感覚がない、あるいは足に潰瘍、変形など他の問題がある、もしくは切断手術を受けた。
- 糖尿病性腎症と診断された。

糖尿病自己管理トレーニング (続き)

糖尿病自己管理トレーニングを受けられる場所に関する情報は、通常、主治医から教えてもらいます。主治医もしくは適格な専門家が作成した治療プランの一環として、認定された糖尿病自己管理教育プログラムを受ける必要があります。このようなプログラムは全米糖尿病協会または先住民医療サービスの認定を受けています。

どの程度のトレーニングが保障対象ですか?

講義は、糖尿病教育に関する専門訓練を受けた医療提供者によって行われます。初回トレーニングでは連続する 12 カ月間に 合計 10 時間の講義、それ以降は毎年 2 時間のフォローアップトレーニングが保障対象となります。1 時間はマンツーマンの講義を受けられます。他の 9 時間はグループ講義となります。初回トレーニングは、トレーニングを開始してから 12 カ月以内に完了しなければなりません。

重要: 受講者が視覚または聴覚に障害がある、言葉の壁がある、あるいは医師の指示後 2 カ月以内にグループ講義がない場合は、10 時間の個人トレーニングを処方することができます。

初回トレーニング受講後、毎年 2 時間以上のフォローアップトレーニングを受講するには、主治医から書面での追加指示が必要です。2 時間のフォローアップトレーニングは、グループもしくはマンツーマンで受けることができます。メディケアがこのフォローアップトレーニングを保障するには、主治医からの処方が必要であることにご注意ください。

注: 地方にお住まいの場合は、連邦認定医療機関 (FQHC) で糖尿病自己管理トレーニングを受けることができます。FQHC は地方にある特別医療機関です。低料金で定期的な医療を提供することができます。FQHC には、地域医療センター、先住民 FQHC 診療所、認定地域診療所、移民医療センター、ホームレスプログラムのための診療所などがあります。FQHC に関する情報は、cms.gov/center/fqhc.asp ウェブサイトをご覧いただくか、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 におかけください。

糖尿病自己管理トレーニング (続き)

このトレーニングでは何を学びますか?

ご自分の糖尿病をうまく管理する方法を学びます。これには、セルフケアと生活改善に関する情報が含まれます。最初のセッションでは、受講者のニーズをインストラクターが把握するために、個人評価が行われます。

講義形式のトレーニングでは、次の内容を学びます。

- 糖尿病の一般情報、血糖値管理の利点、不十分な血糖値管理によるリスク
- 栄養と糖尿病管理方法
- 血糖値を管理・改善するための選択肢
- 演習および健康にとって血糖値が重要である理由
- 適切な服用方法
- 血糖値検査および糖尿病を改善するための血糖値情報の活用方法
- 糖尿病による急性・慢性の合併症の予防・認識・治療方法
- 足、肌、歯のケア
- 食事、運動、薬の血糖値への影響
- 行動改善、目標設定、リスク軽減、問題解決
- 糖尿病に対する気持ちの持ち方
- 家族の参加とサポート
- 医療制度と地域リソースの活用

医学的栄養療法

糖尿病自己管理トレーニングに加えて医学的栄養療法も、糖尿病もしくは腎臓病の患者を対象に保障されます。このサービスの資格を得るには、空腹時血糖値が所定の基準を満たす必要があります。また、このサービスに対する主治医の処方が必要です。

このサービスは、登録栄養士もしくは所定の栄養専門家が提供します。サービスには以下が含まれます。

- 初回の栄養および生活スタイル評価。
- 栄養カウンセリング（摂るべき食事、個別の糖尿病食事プランの守り方）
- 糖尿病に影響する生活スタイル要因の管理方法
- 食事管理における進捗チェックのためのフォローアップ受診

メディケアが毎年の医学的栄養療法を保障するには、主治医の処方が必要であることにご注意ください。

注：地方にお住まいの場合は、連邦認定医療機関 (FQHC) で医学的栄養療法サービスを受けることができます。FQHC に関する情報は、cms.gov/center/fqhc.asp ウェブサイトをご覧いただくか、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 へおかけください。

足の検査 & 治療

左右どちらかの足に糖尿病性神経障害がある場合、メディケアは 6 カ月に 1 回の足病医もしくは他の足の治療専門医による足の検査を保障します。但し、過去 6 カ月間に他の足の問題で足の治療専門医を受診した場合を除きます。メディケアは、非外傷性（怪我が原因ではない）で片足もしくは両足の全部または一部の切断により、深刻な足の病気であることを示す外見の変化がある場合は、より頻繁な受診を保障することがあります。足の治療を受ける際は、主治医または糖尿病専門医の治療を受ける必要があることにご注意ください。

ヘモグロビン A1c 検査

ヘモグロビン A1c 検査は、医師の指示による臨床検査です。血糖値が過去 3 カ月間にどの程度うまく管理されたかを測ります。糖尿病患者は、医師の指示があればこの検査が保障されます。

詳細は、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 へおかけください。

緑内障検査

メディケア パートB は、緑内障のリスクがある人を対象に 12 カ月に 1 回の緑内障検査を保障します。この検査は、お住まいの州でこのサービスを提供することが法律で許可された眼科医が実施するか、眼科医の監督下で実施されなければなりません。

インフルエンザおよび肺炎球菌予防注射（ワクチン接種）

通常、メディケア パート B は、秋もしくは冬のインフルエンザシーズンに 1 回の予防接種を保障します。メディケアは、肺炎球菌の予防注射も保障します。肺炎球菌予防注射は、生涯で 1 回のみ必要です。主治医に相談してください。

「ようこそメディケアへ」予防受診

メディケア パート B は、1 回の健康診断、予防診療に関する教育とカウンセリングを保障します。これには、特定の検診、予防注射に関する情報、必要な場合は他の診療への紹介状が含まれます。

「ようこそメディケアへ」 予防受診は糖尿病関連のサービスではありませんが、 糖尿病検診などの必要な予防サービスについて主治医と相談する良い機会です。

注： メディケアは、パート B 加入から 12 カ月以内の受診に限り、予防受診を保障します。

毎年の「健康維持」受診

パート B に加入後既に 12 カ月が超過している場合、現在の健康状態やリスク要因に基づく個人の予防プラン作成・更新を目的とした年 1 回の「健康維持」診療を受診することができます。これには次が含まれます。

- 医療履歴、家族履歴の検証
- 現在の医療提供者および処方箋薬のリスト作成
- 身長、体重、血圧、他の測定
- 適切な予防サービスの検診スケジュール作成
- リスク要因、治療の選択肢のリスト作成

メディケアの対象とならない医薬品 & サービス

オリジナル・メディケアおよびメディケア処方箋薬プランが全てを保障するわけではありません。保障対象とならない糖尿病医薬品およびサービスには、以下が含まれます。

- 眼鏡用の目の検査 (屈折検査)
- 矯正靴（足に機能障害はあるが損傷がない人のための靴）
- 美容整形

メディケアの保障対象に関する質問は誰に尋ねればよいですか？

Medicare.gov ウェブサイトをご覧いただくか、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 へおかけください。

セクション 5: 役立つヒント & 情報

医療の選択肢やご自分のニーズにあった判断に役立つ情報をご利用いただけます。無料冊子をご注文いただくか、インターネットでも情報をご覧いただけます。コンピュータをお持ちでない方は、 地域の図書館や高齢者センターで情報を得ていただくことができます。

糖尿病に関する詳しい情報は、Medicare.gov をご覧いただくか、(1-800-633-4227) にお電話ください。TTY ユーザーは、1-877-486-2048 へおかけください。

収入や資産が十分でない方のための情報

メディケア処方箋薬保険の追加補助

年間所得が 1 万 6,755 ドル以下（配偶者以外に扶養家族がいない既婚者の場合は 2 万 2695 ドル以下）で、資産が 1 万 3,070 ドル (配偶者以外に扶養家族がいない既婚者の場合は 2 万 6,120 ドル以下) の方は、メディケアから、処方箋薬の支払い費用に対する追加援助（低所得者への補助金）を受ける資格があります。この金額は 2013 年時点のものです。2014 年には金額が変更される場合があります。アラスカまたはハワイ在住の方、もしくは扶養家族の生活費の半分以上を負担している方の場合、収入制限はより高額になります。

処方箋薬費用の追加援助に関するご質問は、 お電話にて州の健康保険援助プログラム (SHIP) へお問い合わせください。電話番号は、Medicare.gov/contacts ウェブサイトをご覧いただくか、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 へおかけください。

州の薬剤援助プログラム (SPAP)

複数の州に、 特定の人々を対象に処方箋薬の支払いを援助する薬剤援助プログラム (SPAP) があります。各 SPAP では、加入者に対する薬剤保障の提供方法に関する規則を定めています。SPAP が処方箋薬剤の費用支払を援助する方法は、州によって異なります。お住まいの州の SPAP にに関する情報は、1-800-MEDICARE または SHIP へ電話でお問い合わせください。

糖尿病管理のヒント

糖尿病を管理する様々な方法があります。 健康維持に役立つヒントを幾つか紹介します。

正しい食事

- 食事の内容、量、時間について主治医にご相談ください。主治医、糖尿病教育専門家、他の医療提供者が個人に合わせた健康な食事プランを作成することができます。
- 適正な体重について、主治医にご相談ください。適正な体重を達成できるように、主治医は様々なアドバイスを行うことができます。

糖尿病管理のヒント (続き)

指示に従った服薬

- 指示に従って薬を飲んでください。問題がある場合は、主治医にご相談ください。

運動

- ほぼ毎日、合計 30 分の運動を心がけてください。どのような運動がご自分に適しているか、主治医にご相談ください。

チェックしましょう

- 医師の指示に従い、血糖値 (グルコース) をチェックしましょう。記録ノートに血糖値を記録します。記録を医師に見せてください。
- 足に切り傷、水ぶくれ、痛み、腫れ、赤みがないか、足の爪が痛くないかチェックしましょう。 深刻な足の問題を予防するために、 足の健康状態を保つことが重要です。
- 血圧を頻繁にチェックしましょう。
- 主治医にコレステロールをチェックしてもらいましょう。
- 喫煙者は、禁煙方法を医師に相談してください。医師の指示がある場合、メディケアは禁煙 (煙草を止めるためのカウンセリング) を保障します。

これらのヒントを活用して、 糖尿病を管理してください。 糖尿病を管理するために、治療法、受けるべき検査、ご自分でできる事を主治医、糖尿病教育専門家、他の医療提供者に相談してください。専門家が皆さんを支援します。治療の選択肢についても主治医にご相談ください。あなたに最も適した治療法を医師と一緒に決めることができます。次の 2 ページに掲載されているさまざまな機関に詳しい情報をお問い合わせください。

医療の選択肢やご自分のニーズにあった判断に役立つ情報をご利用いただけます。無料冊子をご注文いただくか、インターネットでも情報をご覧いただけます。コンピュータをお持ちでない方は、 地域の図書館や高齢者センターで情報を得ていただくことができます。

電話番号 & ウェブサイト

糖尿病に関する詳しい情報は、Medicare.gov をご覧いただくか、以下の機関にお問い合わせください。

疾病対策予防センター (CDC)、
保健社会福祉省 (HHS)

www.cdc.gov/diabetes

1-800-232-4636
(問いあわせおよび出版物)

CDC 糖尿病翻訳部
1600 Clifton Road
Atlanta, Georgia 30333

食品医薬品局(FDA), HHS
www.fda.gov/diabetes

Healthfinder
healthfinder.gov

先住民医療サービス

www.ihs.gov/medicalprograms/diabetes
1-505-248-4182

糖尿病治療 & 予防部

5300 Homestead Road, NE
Albuquerque, New Mexico 87110

電話番号 & ウェブサイト (続き)

全国糖尿病教育プログラム (NDEP)

ndep.nih.gov
1-888-693-6337

全米糖尿病教育プログラム
One Diabetes Way
Bethesda, Maryland 20814-9692

アメリカ国立衛生研究所 (NIH) の国立糖尿病・消化器病・腎臓病研究所 (NIDDK)、DHHS

www.niddk.nih.gov
www.niddk.nih.gov/health/diabetes/ndic.htm (情報センター)
1-800-860-8747 (情報センター)

全国糖尿病情報センター
1 Information Way
Bethesda, Maryland 20892-3560

メモ

メモ

CMS 製品番号 11022 – J (Japanese)