

Pace



UNIVERSITEIT
VAN PRETORIA
Vergelykende
Gids
2015

bestMed

Beter leefstyl. Beter gesondheid.

Waarom Bestmed?

Na die 2014-mylpaal en viering van 50 jaar waarin ons die toon aangegee het in die mediesefondsbedryf en die Skema se ledetal sodanig gegroei het dat ons tans die vyfde algehele plek in die land beklee, is Bestmed slaggeerd om voort te gaan om ons lede in 2015 met die alombekende Bestmed-aanslag van diens te wees.

As 'n self-geadmistrateerde skema, het Bestmed nou meer as 92 000 hooflede en bied mediese voordele aan meer as 193 000 lewens. Ons uitgebreide ondervinding en buitengewone kundigheid stel ons in staat om met diensverskaffers te onderhandel ten einde voordele en dienste aan ons lede te bied wat op 'n rand-vir-rand grondslag die beste waarde bied wanneer dit met ander groot oop mediese skemas vergelyk word.

Die gepaste opsie vir jou

Bestmed begryp dat lede se gesondheidsorgbehoefte noodwendig sal wissel na gelang van hul ouderdom, huwelikstatus en verskillende verantwoordelikhede en prioriteite. Om voorsiening te maak vir ons lede se behoefte aan keuses en buigzaamheid, het ons tien gesondheidsorgopsies ontwerp wat so gestruktureer is dat dit aan 'n verskeidenheid behoeftes voldoen. Indien jy dus bloot dekking vir hospitaalkostes wil hê of 'n meer omvattende opsie benodig wat aan al jou gesondheidsorgbehoefte voldoen, wees verseker dat daar 'n gepaste opsie vir jou beskikbaar is.

Die ontwerp van ons Beat-, Pace- en Pulse-produkreeks is gebaseer op ons jarelange betrokkenheid by en gesprekvoering met ons lede. Met inagneming van die aspekte wat lede geopper het, het ons gesondheidsorgdeskundiges daarin geslaag om die insig wat op hierdie wyse verkry is, saam te vat in maklik verstaanbare voordele-opsies wat aan alle behoeftes voldoen.

'n Fokus op gesondheid

Jou voortgesette gesondheid en welstand is vir ons uiters belangrik. Daarom bevorder ons op aktiewe wyse met behulp van ons gesondheidsprogram - wat as Health Check bekend staan - 'n meer betekenisvolle en produktiewe leefstyl onder ons lede. Ons doel is om jou by te staan om jou lewe in die algemeen te verbeter deur 'n gesonder leefstyl te kies.

Ons gesondheidsfilosofie bestaan uit vyf basiese beginsels op grond waarvan ons lede aanmoedig om gesonder te leef:

Wees aktief:

Maak oefening deel van jou daaglikse roetine en verseker so 'n positiewe verandering.

Leef veilig:

Neem verantwoordelike besluite oor jou leefstyl en voorkom sodoende negatiewe gevolge.

Wees voedselslim:

'n Gebalanseerde dieët is noodsaaklik vir 'n gesonde liggaam en gees.

Wees gelukkig:

Skep en handhaaf 'n gesonde balans tussen jou werk, lewe en huis.

Wees geldslim:

Deur ingeligte finansiële besluite in jou lewe te neem, kan jy jou finansiële onafhanklikheid verseker.

Korporatiewe vennootskappe

Bestmed beskou gesonde vennootskappe as die grondslag vir gesondheidsorg. Ons interaksie met ons korporatiewe kliënte is gevolglik daarop gerig om langtermyn persoonlike verhoudings wat op gemeenskaplike vertroue en integriteit gebaseer is, te vestig en in stand te hou. Voorts is dit daarop gemik om bekostigbare, uitnemende gesondheidsorgoplossings te bied, om toeganklik te wees en persoonlike advies aan alle lede te gee, asook om buigsaam genoeg te wees sodat prosesse maklik verstaanbaar is.

In ooreenstemming met hierdie visie volg Bestmed 'n drieledige benadering om sy beloftes na te kom. Dit bestaan uit Korporatiewe Gesondheid, 'n Kliëntediensprogram asook Administratiewe Dienste. Bestmed se adviseurs is verantwoordelik vir die implementering van hierdie programme by die onderskeie werkgewerorganisasies. Bestmed lewer tans dienste aan meer as 140 werkgewerorganisasies, wat onder andere groot maatskappye, die grootste universteite in Suid-Afrika en verskeie semi-staatsinstellings insluit.



Wyse van Skemavordeelbetaling

Pace1

Pace2

Pace3

Binne-hospitaaldienste word betaal uit Skemarisiko. Somige buite-hospitaaldienste word eers uit die jaarlikse spaarrekening betaal. Sodra laasgenoemde uitgeput is, word dit uit die Skemarisiko betaal. Voorkomende sorg is uit die Skemarisiko beskikbaar.



Binne-hospitaalvoordele

Let wel: Alle dienste is aan voorafmagtiging en kliniese protokolle onderhewig.

Pace1

Pace2

Pace3

	Pace1	Pace2	Pace3
Akkommodasie (hospitaalverblyf) en teaterfoeie		100% Skematariëf.	
Ontslagmedikasie		100% Skematariëf. Beperk tot 7 dae se medisyne.	
Behandeling in geestesgesondheidsklinieke		100% Skematariëf. Beperk tot 21 dae per bevoordeelde.	
Behandeling vir chemiese- en middelemisbruik	100% Skematariëf. Beperk tot 21 dae of R20 100 per bevoordeelde.	100% Skematariëf. Beperk tot 21 dae of R21 500 per bevoordeelde.	
Konsultasies en prosedures		100% Skematariëf.	
Chirurgiese prosedures en narkose		100% Skematariëf.	
Orgaanoorplantings		100% Skematariëf.	
Tandheelkunde: Maksillo-fasiale chirurgie beperk tot sekere toestande	100% Skematariëf. Beperk tot R9 700 per gesin.	100% Skematariëf.	
Prostese (Onderhewig aan voorkeurverskaffer, anders geld limiete en bybetalings)	100% Skematariëf. Beperk tot R68 600 per gesin.	100% Skematariëf. Beperk tot R83 600 per gesin.	100% Skematariëf. Beperk tot R84 000 per gesin.
Prostese - Intern	Sublimiete per bevoordeelde: <ul style="list-style-type: none"> Vaskulêr R22 600 Pasaangeër (dubbel kamer) R38 700 Endovaskulêr - geen voordeel Spinaal R22 600 Kunsmatige kussing - geen voordeel Middelvrystellende stent - geen voordeel Maas R8 500 Ginekologie/Urologie R6 100 Lensinplantings R4 700 per lens 	Sublimiete per bevoordeelde: <ul style="list-style-type: none"> Vaskulêr R29 900 Pasaangeër (dubbel kamer) R43 100 Spinaal R29 900 Kunsmatige kussing R13 100 Middelvrystellende stent R13 100 Maas R13 100 Ginekologie/Urologie R9 800 Lensinplantings R8 400 per lens Gewrigvervangings: <ul style="list-style-type: none"> Heupvervangings en ander groot gewrigte R35 900 Knievervangings R41 700 Kleiner gewrigte R15 500 	Sublimiete per bevoordeelde: <ul style="list-style-type: none"> Vaskulêr R30 000 Pasaangeër (dubbel kamer) R43 100 Spinaal R30 000 Kunsmatige kussing R13 100 Middelvrystellende stent R13 100 Maas R13 100 Ginekologie/Urologie R9 900 Lensinplantings R8 400 per lens Gewrigvervangings: <ul style="list-style-type: none"> Heupvervangings en ander groot gewrigte R36 000 Knievervangings R41 900 Kleiner gewrigte R15 500
Prostese - Ekstern	Beperk tot R16 600 per gesin.	Beperk tot R19 700 per gesin.	Beperk tot R19 800 per gesin.
Uitsluitings (Prostese limiet is onderhewig aan voorkeurverskaffer, anders geld limiete en bybetalings)	Gewrigvervangingschirurgie (met uitsondering van VMV's). Prosteselimiete na goedkeuring: <ul style="list-style-type: none"> Heupvervangings en groot gewrigte R23 100 Knievervangings R30 700 Kleiner gewrigte R9 500 	Nie beskikbaar.	
Ortopediese en mediese toestelle		100% Skematariëf.	
Patologie		100% Skematariëf.	
Diagnostiese beelding		100% Skematariëf.	

Binne-hospitaalvoordele (vervolg)

	Pace1	Pace2	Pace3
Gespesialiseerde diagnostiese beelding		100% Skematariëf.	
Onkologie		Onkologieprogram. 100% Skematariëf.	
Peritoneale dialise en hemodialise		100% Skematariëf.	
Bevallings		100% Skematariëf.	
Vroedvrou-ondersteunde geboortes		100% Skematariëf.	
Aanvullende dienste		100% Skematariëf.	
Alternatiewe tot hospitalisasie		100% Skematariëf.	
Noodvervoer		100% Skematariëf. Voorafmagtiging en lewering deur ER24.	
Bybetalings		Nie van toepassing.	

Buite-hospitaalvoordele

Let wel: Alle dienste hieronder vermeld, mag aan voorafmagtiging en kliniese protokolle onderhewig wees.

	Pace1	Pace2	Pace3
Dag-tot-dag voordeel	L = R8 200, L1+ = R16 300.	L = R11 400, L1+ = R23 400.	Sublimiete soos onder aangedui.
Algemene praktisyns- en spesialiskonsultasies	Beperk tot L = R1 600, L1+ = R3 300. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R3 200, L1+ = R6 400. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Eers uit Spaarrekening. L = R2 600, L1+ = R7 700.
Basiese en gespesialiseerde tandheelkunde	Beperk tot L = R2 900, L1+ = R5 900. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R4 900, L1+ = R9 900. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R5 300, L1+ = R9 100.
Mediese hulpmiddels, apparate en toestelle	100% Skematariëf. Beperk tot R8 300 per gesin. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	100% Skematariëf. Beperk tot R7 500 per gesin. Limiet op rolstoele van R10 200 per gesin elke 48 maande. Limiet op gehoortoestelle van R20 800 per begunstigde elke 24 maande.	100% Skematariëf. Beperk tot R7 500 per gesin. Limiet op rolstoele van R10 200 per gesin elke 48 maande. Limiet op gehoortoestelle van R23 400 per begunstigde elke 24 maande.
Aanvullende dienste	Beperk tot L = R3 200, L1+ = R6 600. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R4 000, L1+ = R8 000. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R1 100, L1+ = R2 200.
Wondsgoedvoordeel (insl. verbande, behandeling m.b.v negatiewe druk-wondterapie (NDWT) en verwante verpleegdienste - buite-hospitaal)	Beperk tot R2 600 per gesin.	Beperk tot R5 000 per gesin.	Beperk tot R7 700 per gesin.
VVN-voordele (Kapitasieverskaffer)	<ul style="list-style-type: none"> ■ Konsultasie R290 ■ Raam R500 EN <ul style="list-style-type: none"> - Enkelvisie-lense R150 OF - Bifokale lense R325 OF - Multifokale lense R600 ■ Kontaklense R1 000 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Konsultasie R290 ■ Raam R500 EN <ul style="list-style-type: none"> - Enkelvisie-lense R150 OF - Bifokale lense R325 OF - Multifokale lense R600 ■ Kontaklense R1 210 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Konsultasie R290 ■ Raam R500 EN <ul style="list-style-type: none"> - Enkelvisie-lense R150 OF - Bifokale lense R325 OF - Multifokale lense R600 ■ Kontaklense R1 400
Diagnostiese beelding en Patologie	Beperk tot L = R2 400, L1+ = R4 700. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Beperk tot L = R2 400, L1+ = R4 800. (Onderhewig aan dag-tot-dag algehele limiet)	Eers uit Spaarrekening. L = R2 600, L1+ = R5 100.
Kraamvoordele	100% Skematariëf. 2 sonars en tot 12 voorgeboorte-konsultasies.		
Gespesialiseerde diagnostiese beelding	100% Skematariëf. Beperk tot R10 600 per gesin.	Onderhewig aan voorafgoedkeuring. MRB-/RT-skanderings: Maksimum van drie skanderings per bevoordeelde. PET-skandering: Een skandering per bevoordeelde.	
Rehabilitasiedienste na trauma	Spaarrekening.	100% Skematariëf.	
Onkologie	Onkologieprogram. 100% Skematariëf.		



Moenie ontbyt oorslaan nie. Navorsing toon dat 'n behoorlike ontbyt een van die mees positiewe stappe is wat jy kan neem om gewig te verloor. Mense wat ontbyt oorslaan, is geneig om gewig aan te sit. 'n Gebalanseerde ontbyt sluit vars vrugte of vrugtesap, 'n hoëvesel-ontbytdgraan, laevetmelk of -jogurt, volgraanroosterbrood en 'n gekookte eier in.

Glimlag baie. Daar is ongeveer 642 skeletspiere in die liggaam. Jy gebruik sowat 43 spiere om te frons en slegs 17 om te glimlag. Kies self!

Medisyne

Let wel: Alle dienste is aan voorafmagtiging en kliniese protokolle, formulariums, befondsingsriglyne en medisyneverwysingsprys (Mediscor Reference Price /MRP) onderhewig.

	Pace1	Pace2	Pace3
CSL-chroniese medisyne	100% Skemataryef. Bybetaling van 35% vir nie-formulariummedisyne.	100% Skemataryef. Bybetaling van 30% vir nie-formulariummedisyne.	100% Skemataryef. Bybetaling van 25% vir nie-formulariummedisyne.
Nie-CSL-chroniese medisyne	10 siektetoestande. 85% Skemataryef. Beperk tot L = R6 300, L1+ = R12 700. Bybetaling van 35% vir nie-formulariummedisyne.	31 siektetoestande. 85% Skemataryef. Beperk tot L = R8 700, L1+ = R17 400. Bybetaling van 30% vir nie-formulariummedisyne.	31 siektetoestande. 85% Skemataryef. Beperk tot L = R14 000, L1+ = R27 900. Bybetaling van 25% vir nie-formulariummedisyne.
Biologiese en ander hoëkoste medisyne	Geen voordeel.	Beperk tot R119 900 per bevoordeelde.	Beperk tot R239 800 per bevoordeelde.
Akute medisyne	Eers uit Spaarrekening. Wanneer uitgeput, beperk tot L = R1 800, L1+ = R3 700.	Eers uit Spaarrekening. Wanneer uitgeput, beperk tot L = R3 700, L1+ = R7 400.	Eers uit Spaarrekening. Wanneer uitgeput, beperk tot L = R960, L1+ = R2 500.
Oor-die-toonbankmedisyne (ODT)	Beperk tot R590 per gesin. (Onderhewig aan dag-tot-dag akute medisyne limiet)	Beperk tot R1 200 per gesin. (Onderhewig aan dag-tot-dag akute medisyne limiet)	Spaarrekening.

Koel af sonder 'n bier. Moenie koolhidrate inneem vir minstens 'n uur nadat jy geoefen het nie. Dit sal jou liggaam dwing om liggaamsvet af te breek eerder as om die voedsel wat jy inneem, te gebruik. Neem vrugte en vloeistowwe - nie bier nie - gedurende dié uur in.



Talle mense weet nie hoe om behoorlik tande te borsel nie. Onvoldoende borsel veroorsaak net soveel skade aan die tande en tandvleis as om glad nie te borsel nie. Talle mense borsel nie lank genoeg nie, flos nie en besoek nie gereeld die tandarts nie. Hou jou tandeborsel soos 'n potlood vas en borsel vir minstens twee minute lank. Borsel jou tande, die aansluiting tussen die tande en tandvleis, jou tong en verhemelte. Jy het nie 'n duur tandeborsel nodig nie, slegs 'n stewige een met sagte borselhare wat jy elke maand kan vervang.



Voorkomendesorg-voordele

Let wel: Alle dienste is aan voorafmagtiging en kliniese protokolle, formulariums, befondsingsriglyne en medisyneverwysingsprys (Mediscor Reference Price /MRP) onderhewig.

	Pace1	Pace2	Pace3
Voorkomendesorg-voordele	<ul style="list-style-type: none"> ■ Griepinentings ■ Longontstekinginentings ■ Pediatriese immuniserings ■ Vroulike voorbehoedmiddels - R1 500 per gesin ■ DBC-program ■ Voorkomende tandheelkunde (handskoene en steriele toerusting ingesluit) ■ Papsmeer ■ HIB-titer ■ Mammogram ■ MPV-inentings ■ Biometriese sifting 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Griepinentings ■ Longontstekinginentings ■ Pediatriese immuniserings ■ Vroulike voorbehoedmiddels - R1 500 per gesin ■ DBC-program ■ Voorkomende tandheelkunde (handskoene en steriele toerusting ingesluit) ■ Papsmeer ■ HIB-titer ■ Mammogram ■ PSA ■ MPV-inentings ■ Biometriese sifting ■ Een dieetkundige konsultasie per gesin 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Griepinentings ■ Longontstekinginentings ■ Pediatriese immuniserings ■ Vroulike voorbehoedmiddels - R1 500 per gesin ■ DBC-program ■ Voorkomende tandheelkunde (handskoene en steriele toerusting ingesluit) ■ Papsmeer ■ HIB-titer ■ Mammogram ■ PSA ■ MPV-inentings ■ Beendigheidsmeting ■ Biometriese sifting ■ Een dieetkundige konsultasie per gesin

Algemene en opsie-spesifieke uitsluitings is van toepassing. Raadpleeg ons webtuiste by www.bestmed.co.za vir nadere besonderhede.

Chroniese-siektetoestandelys (CSL)

Die Chroniese Siektelys (CSL), soos gepubliseer deur die Raad vir Mediese Skemas, is die 27 gelyste chroniese siektetoestande ten opsigte waarvan mediese skemas verplig is om dekking te verskaf vir die diagnose en mediese bestuur asook medisyne daarvoor. Nie-CSL-chroniese siektetoestande is bykomende toestande waarvoor Bestmed chroniese medisyndekking verskaf. Goedkeuring van CSL- en nie-CSL-chroniese medisyne is, waar van toepassing, onderhewig aan kliniese

befondsingsriglyne en -protokolle, formulariums en aangewese diensverskaffers (ADV's). Die lys van CSL- en nie-CSL-siektetoestande waarvoor Bestmed dekking verskaf, word hieronder per voordele-opsie uiteengesit.

Let wel: Alle dienste is aan voorafmagtiging en kliniese protokolle, formulariums, befondsingsriglyne en medisyneverwysingsprys (Mediscor Reference Price /MRP) onderhewig.

	Pace1	Pace2	Pace3
Betaling van CSL		100% Skemataryf	
Betaling van nie-CSL		85% Skemataryf	
Nie-formularium-bybetaling vir CSL en nie-CSL	35%	30%	25%
Aantal nie-CSL-siektetoestande gedek	10		31
CSL 1		Addison se siekte	
CSL 2		Asma	
CSL 3		Bipolêre gemoedsversteuring	
CSL 4		Brongïektase (Lugpypverwyding)	
CSL 5		Kardiomiopatie (Hartspiersiektes)	
CSL 6		Chroniese nierversaking	
CSL 7		Chroniese obstruktiwepulmonêre siekte (COPS)	
CSL 8		Kongestiewe hartversaking	
CSL 9		Kroonslagaarsiekte	
CSL 10		Crohn se siekte	
CSL 11		Diabetes insipidus	
CSL 12		Diabetes mellitus Tipe 1	
CSL 13		Diabetes mellitus Tipe 2	
CSL 14		Disritmie	
CSL 15		Epilepsie	
CSL 16		Gloukoom	
CSL 17		Hemofilie	
CSL 18		MIV/Vigs	
CSL 19		Hiperlipidemie	
CSL 20		Hipertensie	
CSL 21		Hipotireose	
CSL 22		Meervoudige sklerose	
CSL 23		Parkinson se siekte	
CSL 24		Rumatoïede artritis	
CSL 25		Skisofrenie	
CSL 26		Sistemiese lupus eritematose (SLE)	
CSL 27		Ulseratiewe kolitis	

Geen suur in foliensuur. Foliensuur moet gereeld geneem word deur alle swanger vrouens en mense met lae immuniteit teen siektes. Foliensuur voorkom spina bifida in ongebore babas en kan 'n groot rol speel in kankervoorkoming. Dit word in groen groente, lewer, vrugte en vesel gevind.



Chroniese-siektetoestandelys (nie-CSL)

Let wel: Alle dienste is aan voorafmagtiging en kliniese protokolle, formulariums, befondsingsriglyne en medisyneverwysingsprys (Mediscor Reference Price /MRP) onderhewig.

	Pace1	Pace2	Pace3
Nie-CSL 1		Aknee - Ernstig	
Nie-CSL 2		Aandagafleibaarheid/Aandagafleibaarheid-hiperaktiwiteitsindroom (ADD/ADHD)	
Nie-CSL 3		Allergiese rhinitis	
Nie-CSL 4		Ekseem	
Nie-CSL 5		Migraine-profilakse	
Nie-CSL 6		Jig-profilakse	
Nie-CSL 7		Endometriose	
Nie-CSL 8		Ernstige depressie	
Nie-CSL 9		Chroniese anemie	
Nie-CSL 10		Polisistiese ovariale sindroom	
Nie-CSL 11		Graves se siekte	
Nie-CSL 12		Obsessief-kompulsiewe steuring	
Nie-CSL 13		Beroerte	
Nie-CSL 14		Paraplegie/Kwadruplegie (Medisyne vir behandeling)	
Nie-CSL 15		Pulmonale embolisme	
Nie-CSL 16		Vroulike menopouse	
Nie-CSL 17		Goedaardige prostaahipertrofie	
Nie-CSL 18		Osteoporose	
Nie-CSL 19		Psoriase	
Nie-CSL 20		Unrinêre inkontinensie	
Nie-CSL 21		Paget se siekte	
Nie-CSL 22		Gastro-esofageale refluks (GEF)	
Nie-CSL 23		Ankiloserende spondilitis	
Nie-CSL 24		Hipofiseale adenoom	
Nie-CSL 25		Osteo-artritis	
Nie-CSL 26		Alzheimer se siekte	
Nie-CSL 27		Aplastiese anemie	
Nie-CSL 28		Kollageensiektes	
Nie-CSL 29		Cushing se siekte	
Nie-CSL 30		Sistiese fibrose	
Nie-CSL 31		Dermatomiositis	

Kerriegeur. Warm, branderige kos wat brandrissies of cayenne-peper bevat, stel endorfiene, die voelgoed-hormoon vry. Endorfiene het 'n kragtige, amper narkotiese effek en laat jou goed voel na 'n oefensessie. Maar wees versigtig vir lam-, skaap- en varkveis wat saam met ryk, romerige disse bedien word in Indiese restaurante.



BestBaby-program

Met soveel dinge om te balanseer, is die BestBaby-program spesiaal ontwerp om nuwe ouers deur die hele swangerskap by te staan, sonder om 'n enkele, spesiale oomblik te mis. By Bestmed wil ons verseker dat julle die hele ervaring ten volle geniet.

Wanneer jy vir hierdie program registreer, ontvang jy die volgende ondersteuning en voordele:

- 'n 24-uur professionele mediese advieslyn.
- Weeklikse e-posse met nuttige inligting oor jou swangerskap, jou baba se ontwikkeling, hoe om ongemaklike simptome te hanteer asook waardevolle wenke.
- Nuwe pa's word ook betrek en ontvang elke tweede week 'n e-pos wat hulle op hoogte hou van die baba se ontwikkeling en ma se vordering.

- Om te verseker dat jou swangerskap reg afskop, sal jy 'n verwelkomingspakkie ontvang wat 'n insiggewende swangerskapboek oor al die fases van swangerskap en koopbewyses vir verskillende bababehoeftes insluit. Ma en pa kan ook binne die eerste maand van registrasie 'n swangerskap-gesondheidspakkie, wat deur Fastmail versend word, verwag.
- Gedurende die tweede maand van ná registrasie sal ons 'n pragtige babasak, vol babaprojekte vir gebruik na die geboorte, by jou laat aflewer. Nuwe mamma's kan 'n sak vol wonderlike bederfprodukte verwag.

* Neem asseblief kennis dat jy eers na die 12de week van swangerskap vir hierdie program kan registreer.



Jy kan geld bespaar deur voorafmagtiging te bekom vir beplande mediese prosedures wat in 'n hospitaal uitgevoer word.

Vroedvrou-ondersteunde geboortes word op alle Pace-opsies teen 100% van die Skematarif gedek.

Gesondheidsorgvoordele vir 2015

Ons is 'n skema wat namens sy lede deur lede bestuur word. Ons is verbind daartoe om te alle tye slegs gehalrediens aan ons kliënte te lewer én al hul verwagtinge te oortref.

Bestmed verskaf deur middel van ons tien unieke en buigsame voordele-opsies gesondheidsorgvoordele aan meer as 193 000 bevoorreedes. Wat toegang tot gehalte gesondheidsorg betref, bied ons jou net die allerbeste.

Die **Beat-reeks**, bied buigsame hospitaalvoordele vir alle Beat-opsies, met 'n beperkte spaarplan in sommige opsies, soos Beat2 en Beat3, om buite-hospitaaluitgawes te dek, terwyl Beat4 uitgebreide buite-hospitaaldekking bied.

Die **Pace-reeks** wat in hierdie gids uiteengesit word, bied meer uitgebreide hospitaalvoordele, asook Skemafondse en 'n groter spaarplan om meer omvattende dekking vir buite-hospitaalkostes te verskaf. Die opsies in hierdie kategorie is Pace1, Pace2, Pace3 en Pace4.

Die **Pulse-reeks** bied volledige hospitaalvoordele en buite-hospitaalvoordele wat beide slegs deur aangewese netwerkverskaffers gebied word. Die opsies in hierdie kategorie is Pulse1 en Pulse2.

Vir volledige inligting rakende die verskillende opsies, raadpleeg asseblief die individuele produkbrojures of besoek ons webtuiste by www.bestmed.co.za

Vermý kruie voor 'n operasie. Sommige kruie-aanvullings - soos St John's Wort en ginkgo biloba, gemmer, knoffel, ginseng en moederkruid - kan bloeding tydens operasies vererger, waarsku chirurg. Dit is 'n baie wyse besluit om alle medikasie, insluitend kruie-aanvullings minstens twee weke voor 'n operasie te staak en jou chirurg in kennis te stel van enige kruie wat jy gebruik.



Suiwer water. Moenie gaskoel drankie of energiedrankies drink terwyl jy oefen nie. Sorg dat jy gehidreer bly deur tydens jou oefensessie genoeg water te drink (moet dit egter nie oordoen nie, te veel water kan ook gevaarlik wees). Terwyl jy dalk energiedrankies tydens langafstandwedlope kan gebruik, sal jou liggaam tydens korter sessies in die gim, eers die glukose van die drankie verbrand, voor dit liggaamsvet takel. Dieselfde geld vir lekkergoed.

Bydraes

		Pace1	Pace2	Pace3	
	Inkomstevlak	Nie van toepassing.		< R98 500 p.j.	> R98 501 p.j.
HOOFLID	Risiko	R1 994	R3 000	R2 843	R3 415
	Spaarrekening	R530	R529	R624	R750
	Totaal	R2 524	R3 529	R3 467	R4 165
VOLWASSE AFHANKLIKE	Risiko	R1 400	R2 940	R2 275	R2 724
	Spaarrekening	R372	R519	R499	R598
	Totaal	R1 772	R3 459	R2 774	R3 322
KINDERAFHANKLIKE	Risiko	R503	R661	R527	R572
	Spaarrekening	R134	R117	R116	R125
	Totaal	R637	R778	R643	R697
Maksimumbydrae kinderafhanklikes*		4			
Erkenning as kinderafhanklike		Onder 21, tensy geregistreerde student.			

*Jy betaal slegs vir 'n maksimum van vier kinders. Alle ander kinders sluit gratis as bevoorreedes by die Skema aan.

Afkortings

ADD/ADHD = Aandagafleibaarheid/Aandagafleibaarheid-hiperaktiwiteitsindroom; ADV = Aangewese diensverskaffer; COPS = Chroniese obstruktiwe pulmonêre siekte; DBC = Documentation Based Care (rugrehabilitasieprogram); MPV = Menslike papillomavirus; L = Lid; L1+= Lid en gesin; MMAP = Maksimum mediesefondsprys; MRB-/RT-skanderings = Magnetiese resonansiebeelding/Rekenaartomografie-skanderings; MRP = Mediscor Reference Price (medisyneverwysingsprys); PET-skandering = Positron-emissietomografie; PSA = Prostaat-spesifieke antigeen; VMV = Voorgeskrewe minimum voordeel; VVN = Voorkeurverskaffernetwerk.



Op 50, is ons in
beter vorm as
ooit te vore.

115% beter vorm.

Met 'n 115% groei in lidmaatskap oor die laaste paar jaar, vier Bestmed Mediese Skema 50 jaar van gesonde finansiële groei.


www.bestmed.co.za

Better leefstyl. Beter gesondheid.

bestMed

 086 000 2378

 service@bestmed.co.za

 012 472 6500

 www.bestmed.co.za

 @BestmedSocial

 [www.facebook.com/
BestmedMedicalScheme](http://www.facebook.com/BestmedMedicalScheme)

SMS
'QUOTE' na
41631
en ons skakel
u terug

INSTAPFASILITEIT

Blok A, Glenfield-kantoorpark
Oberonlaan 361
Faerie Glen
Pretoria
0081

POSADRES

Posbus 2297
Arcadia
Pretoria
0001
Suid-Afrika

ER24 EN INTERNASIONALE REISDEKING

Tel: 084 124

MAGTIGING VIR HOSPITAALOPNAME

Tel: 0800 22 0106
E-pos: authorisations@bestmed.co.za

CHRONIESE MEDISYNE

Tel: 086 000 2378
E-pos: medicine@bestmed.co.za
Faks: 012 472 6760

EISE

Tel: 086 000 2378
E-pos: service@bestmed.co.za (navrae)
claims@bestmed.co.za (eisindienings)

BESTBABY

Registreer deur 0861 111 936 te skakel of e-pos u mediese fondsnommer na info@babyhealth.co.za

BESTMED BLITSLYN, BESTUUR DEUR KPMG

Indien jy bewus is van enige bedrieglike, korrupte of onetiese praktyke waarby Bestmed se lede, diensverskaffers of werknemers betrokke is, rapporteer dit anoniem aan KPMG.

Blitslyn: 0801 11 02 10 tolvrj vanaf enige Telkom-lyn
Faks: 0800 200 796
E-pos: fraud@kpmg.co.za
Posadres: KPMG Hotpost at BNT 371
Posbus 14671
Sinoville
0129