

Hướng Dẫn Nội Soi Đại Trào

Mua thuốc NuLytely® theo đơn tại hiệu thuốc địa phương của bạn. Vui lòng gọi văn phòng của chúng tôi theo số 612-871-1145 nếu bạn không nhận được đơn thuốc.

CHUẨN BỊ NỘI SOI ĐẠI TRÀNG

Hủy hoặc sắp xếp lại cuộc hẹn của bạn:

Nếu bạn phải hủy hoặc sắp xếp lại cuộc hẹn của bạn, vui lòng gọi 612-871-1145 sớm nhất có thể.

Phương tiện đi lại:

Bạn phải sắp xếp việc đi lại trong ngày thực hiện thủ thuật với một người lớn phụ trách. Việc đi lại bằng taxi không phải là một lựa chọn trừ khi bạn đi cùng với người lớn phụ trách. Nếu bạn không thể sắp xếp đi cùng với người lớn phụ trách, thủ thuật của bạn sẽ bị hủy hoặc sắp xếp lại.

Trước 7 ngày:

- Ngưng sử dụng sản phẩm bổ sung chất xơ và thuốc chứa sắt. Điều này bao gồm hỗn hợp vitamin với sắt, Metamucil® và Fibercon®.
- Xác nhận người lái xe cho thủ thuật của bạn.

Trước 3 ngày:

- Bắt đầu Chế Độ Ăn Ít Chất Xơ. Một chế độ ăn ít chất xơ giúp quá trình làm sạch hiệu quả hơn.
 - Ví dụ về chế độ ăn ít chất xơ bao gồm (nhưng không giới hạn): bánh mì trắng, gạo trắng, mì ống, bánh quy, cá, gà, trứng, thịt bò xay, bơ kem lạc, rau nấu/hấp/luộc, hoa quả đóng hộp, chuối, dưa, sữa, sữa chua nguyên chất, pho mát, nước trộn sa lát và các loại gia vị.
 - Những thứ sau không được cho phép trong một chế độ ăn ít chất xơ: hạt mầm, hạt quả hạch, bắp rang bơ, cám, lúa mì nguyên cám, ngô, diêm mạch, hoa quả và rau tươi, quả mọng và quả khô, đậu và đậu lăng.

Để thêm thông tin chi tiết về tuân thủ chế độ ăn ít chất xơ, vui lòng xem www.mngi.com/lowfiber

Trước 2 ngày:

- Tiếp tục chế độ ăn ít chất xơ.
- Uống ít nhất 8 cốc nước trong ngày.
- Dừng ăn thức ăn rắn lúc **11:45 tối**.

Trước 1 ngày:

- Bắt đầu Chế Độ Ăn Chất Lỏng Trong (chất lỏng trong bao gồm những thứ bạn có thể nhìn xuyên thấu).
 - Những ví dụ về một chế độ ăn chất lỏng trong bao gồm: nước, trà (không sữa hoặc kem không sữa), nước dùng trong hoặc nước luộc, Gatorade, Pedialyte hoặc Powerade, đồ uống có ga hoặc không có ga (Sprite, 7-Up, Gingerale), nước ép hoa quả không tép (táo, nho trắng, nam việt quất trắng), Jell-O và kem que.

- o Những thứ sau không được cho phép trong một chế độ ăn chất lỏng trong: chất lỏng đỏ, đồ uống chứa cồn, cà phê, sản phẩm từ sữa, đồ uống cung cấp protein, nước dùng kem, nước hoa quả có tép và thuốc lá nhai.
- **Lúc 6 giờ chiều:** Uống 1 (một) cốc 8 oz. dung dịch NuLytely® mỗi 15 phút cho đến khi hết nửa lọ (khoảng 8 cốc 8oz). Bảo quản dung dịch trong tủ lạnh. **Không uống bất kỳ chất lỏng nào khác** trong lúc bạn đang uống dung dịch NuLytely.
- Trong suốt buổi tối, uống thêm ½ lít chất lỏng trong và **tiếp tục chế độ ăn chất lỏng trong**.

Mẹo Rửa Ruột: Uống đủ một lượng nước trước và sau rửa ruột để tránh mất nước. Ở gần nhà vệ sinh vì bạn sẽ bị tiêu chảy. Ngay cả nếu bạn đang ngồi trong nhà vệ sinh, tiếp tục uống dung dịch rửa mỗi 15 phút. Nếu bạn thấy buồn nôn hoặc nôn, rửa miệng với nước, nghỉ 15 đến 30 phút và sau đó tiếp tục uống dung dịch. Bạn sẽ cảm thấy không thoải mái cho đến khi phân được đưa ra khỏi ruột (trong khoảng 2-4 giờ). Bạn có thể cảm thấy ớn lạnh.

Ngày tiến hành thủ thuật của bạn:

Bạn có thể uống tất cả thuốc kê buổi sáng bao gồm thuốc huyết áp, thuốc làm loãng máu (nếu bạn không được chỉ định dừng những thuốc này bởi văn phòng chúng tôi), methadone, thuốc chống động kinh với vài ngụm nước 3 giờ trước thủ thuật của bạn hoặc sớm hơn. Không uống insulin hoặc vitamin trước thủ thuật của bạn.

Tiếp tục Chế Độ Ăn Chất Lỏng Trong. Tránh chất lỏng màu đỏ, đồ uống có cồn, cà phê, sản phẩm từ sữa, đồ uống cung cấp protein và thuốc lá nhai.

- **Trước 6 giờ:** Uống 1 (một) cốc 8 oz. dung dịch NuLytely® mỗi 15 phút cho đến khi hết phần dung dịch còn lại (khoảng 8 cốc 8oz). Bảo quản dung dịch trong tủ lạnh.
- **Trước 3 giờ:**
 - o DỪNG ăn toàn bộ đồ rắn và đồ lỏng.
 - o Không ăn bất kỳ thứ gì trong suốt thời gian này.
 - o Tính thêm thời gian di chuyển đến buổi thủ thuật vì bạn có thể phải dừng lại và sử dụng nhà vệ sinh dọc đường.

Bạn đã sẵn sàng cho thủ thuật nếu bạn đã làm theo tất cả chỉ dẫn và phân của bạn không còn hình dạng, mà là chất lỏng trong hoặc vàng. Nếu bạn không chắc chắn ruột của bạn sạch hay chưa, vui lòng gọi tới văn phòng của chúng tôi theo số 612-871-1145 trước khi bạn đến buổi hẹn.

Mang theo những thứ sau đến buổi thủ thuật của bạn:

- Mang theo mẫu Bệnh Sử hoàn tất có trong túi này trong ngày hẹn.
- Thẻ Bảo Hiểm / Ảnh căn cước
- Danh sách Thuốc Đang Sử Dụng bao gồm thuốc không kê đơn và thực phẩm chức năng
- Mang theo bình hít cứu hộ của bạn nếu bạn đang dùng để kiểm soát hen phế quản
- Mang theo hộp đựng kính áp tròng vì bạn sẽ được yêu cầu tháo kính áp tròng trước khi bắt đầu thủ thuật của bạn
- Bản Tiền Chỉ Thị: Nếu bạn có một Bản Tiền Chỉ Thị, vui lòng mang bản sao của Bản Tiền Chỉ Thị theo bạn tới buổi hẹn nội soi. Bản Tiền Chỉ Thị không được coi trọng trong các cơ sở MNGI, và trong trường hợp đe dọa tính mạng, các biện pháp hỗ trợ sự sống sẽ được thiết lập trong tức thời và bệnh nhân của chúng tôi sẽ được vận chuyển tới cơ sở chăm sóc sức khỏe cấp cao hơn (ví dụ, bệnh viện). Trong trường hợp hy hữu mà bạn yêu cầu chuyển khẩn cấp tới cơ sở y tế cấp cao hơn, Bản Tiền Chỉ Thị của bạn nên theo bạn tới cơ sở đó.

BẢN MÔ TẢ NỘI SOI ĐẠI TRÀNG

Nội soi đại tràng là gì?

Nội soi đại tràng là xét nghiệm chính xác nhất để phát hiện polyp đại tràng và ung thư đại tràng, và là xét nghiệm duy nhất nơi polyp có thể bị loại bỏ. Trong suốt thủ thuật này, một bác sĩ sẽ xem xét lớp lót của ruột già và trực tràng qua một ống linh hoạt được gọi là ống nội soi đại tràng. Ống nội soi đại tràng được đưa vào hậu môn và tiến dần qua đại tràng.

Để đạt được kết quả tốt nhất, bạn sẽ uống một chế phẩm làm sạch ruột nhằm giúp làm sạch đại tràng của bạn. Ngay cả khi phân của bạn đã trong, uống toàn bộ chế phẩm dành cho đại tràng như đã được chỉ dẫn là rất quan trọng vì cơ thể bạn luôn tạo ra dịch và những polyp nhỏ có thể ẩn sau dịch này.

Chuyện gì xảy ra trong suốt quá trình nội soi đại tràng?

Lên kế hoạch dành 2 giờ ở trung tâm nội soi trong ngày bạn nội soi đại tràng. Thủ thuật mất khoảng 20 đến 40 phút để hoàn thành.

Trước thủ thuật:

Bệnh sử của bạn sẽ được xem xét cùng bạn bởi đội chăm sóc sức khỏe bao gồm một y tá, bác sĩ chuyên khoa tiêu hóa của bạn và một người cung cấp thuốc gây mê và một đường truyền tĩnh mạch sẽ được đặt.

Trong suốt thủ thuật:

Trong suốt thủ thuật, người cung cấp thuốc gây mê sẽ truyền các loại thuốc và theo dõi những dấu hiệu sống, một quá trình được biết đến là Chăm Sóc Gây Mê Kiểm Soát (MAC). Trong khi hầu hết bệnh nhân ngủ trong suốt thủ thuật, một vài người vẫn tỉnh và có nhận thức. Bác sĩ gây mê và/hoặc điều dưỡng gây mê có chứng chỉ đăng ký (CRNA) sẽ giúp xác định loại thuốc gây mê phù hợp được sử dụng trong suốt thủ thuật để giữ cho bạn an toàn và thoải mái. Nếu mô bất thường hoặc polyp được tìm thấy, bác sĩ có thể loại bỏ chúng thông qua ống nội soi đại tràng để kiểm tra sâu hơn hoặc sinh thiết.

Chuyện gì xảy ra sau thủ thuật?

Bác sĩ sẽ nói chuyện với bạn về kết quả ban đầu của thủ thuật và sẽ chuẩn bị một báo cáo đầy đủ cho nhà cung cấp dịch vụ y tế đã giới thiệu bạn làm nội soi đại tràng. Bạn có thể thấy đau bụng hoặc chướng bụng sau thủ thuật, đó là một điều bình thường và sẽ biến mất nhanh chóng bởi khí trung tiện. Bất kỳ mẫu mô hoặc polyp được loại bỏ trong thủ thuật sẽ được gửi đến phòng thí nghiệm để đánh giá. Mất từ 5-7 ngày làm việc để bạn được thông báo về kết quả bằng thư hoặc qua Cổng Bệnh Nhân.

Bạn có thể khôi phục hoạt động bình thường vào ngày hôm sau. Tuy nhiên, thuốc được sử dụng trong thủ thuật sẽ cản trở bạn khỏi việc lái xe trong ngày thực hiện thủ thuật. Bạn cũng được khuyến cáo tránh di chuyển bằng máy bay trong vòng 24 giờ sau thủ thuật. Bạn có thể khôi phục chế độ ăn thông thường, nhưng nên tránh uống rượu cho đến ngày sau thủ thuật.

Có thể có biến chứng với nội soi đại tràng không?

Mặc dù biến chứng nghiêm trọng là hiếm, bất kỳ thủ thuật y khoa nào cũng có nguy cơ rủi ro. Rủi ro từ thủ thuật bao gồm thủng, hoặc rách qua lớp lót đại tràng, chảy máu từ một nơi sinh thiết, miễn cảm với thuốc, vấn đề tim và phổi, và tổn thương răng hoặc mắt.

Nội soi đại tràng – Sàng lọc và Chẩn đoán

Đạo luật Chăm sóc Sức khỏe Hợp túi tiền (ACA) yêu cầu các hãng bảo hiểm tư nhân chi trả các dịch vụ dự phòng được đề xuất không kèm theo bất kỳ chi phí chia sẻ với bệnh nhân nào, như đồng thanh toán và khấu trừ. Một trong những dịch vụ được đề xuất đó là sàng lọc nội soi đại tràng. Điều này nghĩa là nếu bệnh nhân có nội soi đại tràng sàng lọc thì sẽ không có chi phí ngoài dự kiến. Ngược lại, nếu bệnh nhân có nội soi đại tràng chẩn đoán, thủ thuật gần như luôn luôn được chi trả bởi bảo hiểm; tuy nhiên bệnh nhân vẫn có trách nhiệm chi trả cho bất kỳ sự đồng thanh toán, đồng bảo hiểm hoặc khấu trừ nào.

Điểm khác biệt giữa nội soi đại tràng sàng lọc và nội soi đại tràng chẩn đoán là gì?

- Một nội soi đại tràng sàng lọc được thực hiện trên bệnh nhân vô triệu chứng (không có triệu chứng) với mục đích kiểm tra ung thư đại trực tràng hoặc polyp đại tràng. Sự bất thường được tìm thấy hoặc không được tìm thấy không làm thay đổi mục đích sàng lọc của thủ thuật.
- Một nội soi đại tràng chẩn đoán được thực hiện dựa trên một dấu hiệu hoặc triệu chứng như tiêu chảy, hemoccult dương tính, chảy máu trực tràng, thiếu máu do thiếu sắt, đau bụng, hoặc kết quả bất thường trên các xét nghiệm khác. Medicare và hầu hết các nhà bảo hiểm thương mại không miễn trừ khoản đồng thanh toán và/hoặc khoản khấu trừ nếu mục đích của thủ thuật là một nội soi đại tràng chẩn đoán. Điều này có nghĩa bệnh nhân chịu trách nhiệm chi trả cho bất kỳ số dư nợ nào sau khi bảo hiểm tiến hành bồi thường.

Tôi có Medicare – lợi ích khám sàng lọc của tôi là gì?

Medicare chi trả khám nội soi đại tràng sàng lọc mỗi 10 năm* cho bệnh nhân nguy cơ trung bình, vô triệu chứng và mỗi 2 năm cho bệnh nhân nguy cơ cao, vô triệu chứng.

Medicare định nghĩa nguy cơ cao với bệnh nhân có một hoặc nhiều hơn trong những điều sau:

- Một thân nhân bậc một (anh chị, bố mẹ, con cái) có ung thư đại trực tràng hoặc polyp tuyến
- Tiền sử gia đình về đa polyp tuyến có tính gia đình
- Tiền sử gia đình về ung thư đại trực tràng không đa polyp có tính di truyền
- Tiền sử cá nhân về polyp tuyến
- Tiền sử cá nhân về ung thư đại trực tràng
- Bệnh viêm đường ruột, bao gồm hội chứng Crohn hoặc viêm loét đại tràng

*Khám nội soi đại tràng sàng lọc không được chi trả trong vòng 47 tháng từ phép nội soi đại tràng xích ma sàng lọc trước đó

Tôi có bảo hiểm thương mại/tư nhân – tôi có thể tìm thấy lợi ích khám sàng lọc của tôi ở đâu?

Bạn nên liên lạc trực tiếp tới công ty bảo hiểm của bạn, sử dụng thông tin trên mặt sau của thẻ bảo hiểm của bạn. Hãy sẵn sàng để cung cấp số chương trình. Chúng tôi có thể hỗ trợ bạn với một đơn báo giá bao gồm mã của thủ thuật (CPT) mà công ty bảo hiểm của bạn có thể yêu cầu. Hãy chú ý rằng chúng tôi không thể tiên liệu trước một cách chính xác những gì sẽ được tìm thấy trong quá trình nội soi đại tràng và mã CPT chính xác sẽ được dùng để tính hóa đơn.

Trước thủ thuật của bạn, bạn nên biết bạn đang chuẩn bị làm một cuộc nội soi đại tràng sàng lọc (không triệu chứng) hay một cuộc nội soi đại tràng chẩn đoán (bạn đang có triệu chứng). Sau khi xác định khám sàng lọc hay khám chẩn đoán, bạn nên trao đổi với công ty bảo hiểm của bạn về lợi ích của bạn và bất kỳ chi phí ngoài dự kiến nào có thể được áp dụng.

Bác sĩ giới thiệu và/hoặc bác sĩ chăm sóc chính của bạn có thể giới thiệu bạn đến một cuộc nội soi đại tràng "sàng lọc" dựa theo một vài triệu chứng bạn đang trải qua. Có thể có hiểu nhầm trong từ sàng lọc. Thủ thuật nội soi đại tràng của bạn không thể tính hóa đơn như một thủ thuật sàng lọc nếu bạn đang có bất kỳ triệu chứng nào. Chúng tôi được yêu cầu tính hóa đơn căn cứ theo lý do thủ thuật được đề xuất.



Bác sĩ không thể thay đổi, thêm hoặc xóa bất kỳ chẩn đoán nào để bạn có thể được xem xét cho một cuộc nội soi đại tràng sàng lọc. Thăm khám của bạn được lưu trữ trong hồ sơ bệnh án từ thông tin bạn hoặc bác sĩ giới thiệu và/hoặc bác sĩ chăm sóc chính của bạn cung cấp trong suốt quá trình đánh giá trước thủ thuật, hoặc trong suốt lần thăm khám lâm sàng được lưu trữ trước đó khi nội soi đại tràng được đề xuất. Đây là những tài liệu ràng buộc pháp lý không thể bị thay đổi để tạo điều kiện cho phạm vi bảo hiểm tốt hơn.

Bệnh nhân cần hiểu rằng chính sách chặt chẽ của công ty bảo hiểm và chính phủ, cũng như hướng dẫn mã hóa ngăn chặn bác sĩ sửa đổi một hồ sơ hay hóa đơn nhằm mục đích duy nhất là xác định phạm vi bảo hiểm tốt hơn. Điều này được xem như gian lận bảo hiểm và vi phạm pháp luật.

Vui lòng liên hệ công ty bảo hiểm của bạn hoặc Minnesota Gastroenterology với các câu hỏi bổ sung liên quan đến phạm vi bảo hiểm.

Kết quả từ bất kỳ xét nghiệm nào sẽ được gửi qua thư hoặc Cổng Bệnh Nhân.



CHÍNH SÁCH TÀI CHÍNH (Bảo Hiểm và Tính Hóa Đơn)

Website của MNGI: Truy cập website của chúng tôi tại mngi.com để yêu cầu báo giá, thanh toán trực tuyến, nắm được thông tin chi tiết về chương trình hỗ trợ tài chính của chúng tôi và những thông tin quan trọng khác.

Bảo hiểm và Quá Trình Tính Hóa Đơn: Bạn có trách nhiệm xác nhận lợi ích bảo hiểm cùng (các) chương trình bảo hiểm trước buổi thăm khám lâm sàng hoặc thủ thuật. Nếu (các) chương trình bảo hiểm của bạn yêu cầu đồng thanh toán cho buổi hẹn, đồng thanh toán sẽ đến hạn vào thời điểm cuộc hẹn của bạn. Chúng tôi yêu cầu bạn cung cấp thông tin bảo hiểm hiện tại và ảnh căn cước mỗi lần bạn đăng ký cho một cuộc hẹn tại một trong số các văn phòng/cơ sở của chúng tôi. Không xuất trình được (các) thẻ bảo hiểm y tế hiện tại của bạn sẽ miễn trừ Minnesota Gastroenterology, P.A. khỏi bất kỳ trách nhiệm nào đối với các yêu cầu bồi thường không chính xác hoặc không đúng thời hạn. Vui lòng thông báo nhân viên lễ tân của chúng tôi về bất kỳ thay đổi nào trong bảo hiểm hoặc thông tin cá nhân.

Yêu Cầu Bồi Thường: Nếu bạn đã cung cấp cho chúng tôi thông tin bảo hiểm, chúng tôi sẽ đệ trình (các) yêu cầu bồi thường tới (các) chương trình bảo hiểm của bạn và sẽ giúp đỡ bạn bằng bất kỳ cách nào chúng tôi có thể để tạo điều kiện cho các yêu cầu bồi thường của bạn được chi trả. Tuy nhiên, (các) chương trình bảo hiểm của bạn có thể cần bạn cung cấp một vài thông tin xác định trực tiếp và bạn có trách nhiệm thực thi yêu cầu này.

Ủy Quyền Trước và Chứng Nhận Trước: Nếu (các) chương trình bảo hiểm của bạn yêu cầu một ủy quyền trước hoặc chứng nhận trước, bạn có trách nhiệm gọi Văn Phòng Kinh Doanh của chúng tôi theo số (612) 871-1145, tùy chọn 5 trước cuộc hẹn của bạn và nhân viên của chúng tôi sẽ hướng dẫn bạn lấy phê duyệt cho thăm khám hoặc thủ thuật của bạn.

Giới thiệu: Nếu (các) chương trình bảo hiểm của bạn yêu cầu một sự giới thiệu, bạn có trách nhiệm lấy sự giới thiệu này từ bác sĩ điều trị chính hoặc phòng khám trước cuộc hẹn của bạn.

Tính hóa đơn: Khi yêu cầu bồi thường của bạn đã được xử lý bởi chương trình bảo hiểm của bạn, một tuyên bố sẽ được gửi đến cho bạn cho bất kỳ khấu trừ, đồng bảo hiểm, đồng chi trả và khoản dư còn lại không được chi trả bởi (các) chương trình bảo hiểm của bạn. Nếu bạn đang được sắp xếp cho một thủ thuật, bạn sẽ nhận được nhiều hơn một tuyên bố. Một tuyên bố từ Minnesota Gastroenterology, P.A. sẽ đại diện cho phí bác sĩ và tuyên bố thứ hai từ Trung Tâm Nội Soi Phía Đông Metro LLC, MNGI Endoscopy ASC Inc., Trung Tâm Nội Soi Minnesota LLC, hoặc bệnh viện sẽ đại diện cho phí cơ sở vật chất. Bạn cũng có thể nhận được các hóa đơn riêng rẽ từ nhà bệnh học (Hội Bệnh Học Bệnh Viện) nếu một sinh thiết của một polyp hoặc mẫu mô là cần thiết và/hoặc một hóa đơn từ phòng thí nghiệm (LabCorp, Prometheus và/hoặc Quest Diagnostics) nếu xét nghiệm máu được thực hiện. Nếu Chẩn Sóc Gây Mê Kiểm Soát (MAC) được cung cấp bởi một bác sĩ gây mê hoặc CRNA trong thủ thuật của bạn, có thể có thêm phụ phí tính hóa đơn bởi Cộng Đồng Các Đối Tác Gây Mê, LLC. Vui lòng kiểm tra bảo hiểm cho những lợi ích cụ thể.

Thanh toán: Thanh toán đầy đủ đến hạn khi nhận được (các) tuyên bố. Chúng tôi chấp nhận thanh toán bằng thẻ tín dụng (Visa, MasterCard và Discover), séc cá nhân hoặc lệnh chuyển tiền. Thanh toán bằng thẻ tín dụng và séc có thể thực hiện trực tuyến tại mngi.com. Nếu bạn không đủ khả năng trả đầy đủ số dư, bạn có trách nhiệm liên lạc với Văn Phòng Kinh Doanh của chúng tôi để thiết lập một kế hoạch thanh toán đồng thuận, không lãi suất và để bàn về các lựa chọn hỗ trợ tài chính khả thi khác. Không thể thanh toán số dư và/hoặc không tuân theo bất kỳ thỏa thuận nào đã được thiết lập có thể dẫn đến việc chuyển tiếp tài khoản của bạn đến cơ quan thu nợ và không thể sắp xếp các cuộc hẹn trong tương lai tại Minnesota Gastroenterology, P.A. hoặc các cơ sở của nó cho đến khi toàn bộ số dư được thanh toán.

Hỗ Trợ Tài Chính: Cung cấp dịch vụ chăm sóc đường tiêu hóa hàng đầu là quan trọng với chúng tôi bất kể tình trạng tài chính cá nhân thế nào. Chúng tôi có các lựa chọn hỗ trợ khả thi phù hợp cho sự đa dạng của các tình trạng tài chính. Vui lòng liên hệ Văn Phòng Kinh Doanh theo số (612) 871-1145 (tùy chọn 5) cho thông tin liên quan đến Chương Trình Hỗ Trợ Tài Chính của chúng tôi.

Hoạt động của chúng tôi cam kết mang lại điều trị tốt nhất cho bệnh nhân. Cảm ơn bạn đã lựa chọn Minnesota Gastroenterology, P.A. và hiểu và tuân thủ theo thông tin tài chính của chúng tôi. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi hoặc quan tâm liên quan đến thông tin này, vui lòng liên hệ Văn Phòng Kinh Doanh của chúng tôi theo số (612) 871-1145 (tùy chọn 5)