건강유지
메디케어 예방 서비스

건강을 지키는 쉽고도 중요한 방법은 질병 예방 및 조기 진단 서비스를 받는 것입니다. 질병 예방 및 조기 검진 서비스는 어떤 질병으로부터 지켜주거나 조기 발견하여 최선의 치료를 받으실 수 있도록 도와 드립니다. 담당의사와 상담하여 건강을 지키려면 어떤 검진을 받아야 하는지 그리고 얼마나 자주 받아야 하는지 알아보도록 하십시오.

심장병, 암, 중풍, 당뇨병은 메디케어 수혜자들의 최대 사망 원인이지만, 이러한 질병들은 예방도 가능하고 초기에 발견되기만 하면 보다 효과적으로 치료될 수 있습니다. 메디케어 및 메디케이드 서비스 센터(Centers for Medicare & Medicaid Services)는 미국암학회(American Cancer Society), 미국당뇨병협회 (American Diabetes Association), 미국심장협회(American Heart Association)와 협력하여 메디케어가 카바하는 예방 및 조기 검진 서비스를 널리 알리고 있습니다. 이 단체들은 "보다 건강한 삶을 위한 매일의 선택(Everyday Choices for a Healthier Life™)" 홍보 캠페인을 시작하여 모든 미국인들이 매일매일 자신들의 선택을 통해 암, 당뇨병, 심장병, 중풍의 위험을 낮출 수 있도록 돕고 있습니다. 이 캠페인에 포함된 네 가지 질병의 위험을 낮추는 방법에 대해 더 자세히 알고 싶으면 www.everydaychoices.org를 방문하시거나, 1-866-399-6789로 전화 문의하십시오.

메디케어 및 메디케이드 서비스 센터
(Centers for Medicare & Medicaid Services)

1회 "메디케어 가입 환영 신체 검사"	메디케어는 가입 첫해에 한해서 한번만 카바되는 신체검사, 종합검진 및 예방주사를 포함한 예방 서비스에 관한 교육과 신체 검사 상담을 해드립니다. 의사가 필요하다고 판단되는 다른 검사도 카바가 됩니다. 이 혜택은 메디케어 파트 B 가입 후 첫 6개월 이내에 받으셔야 합니다.
심장혈관 검사	의사에게 콜레스테롤, 지질, 혈중중성지방 검사를 받아 심장 마비 또는 중풍병 예방에 필요한 도움을 받으십시오. 메디케어 수혜자는 콜레스테롤, 지질, 혈중중성지방 검사를 5년마다 받으실 수 있습니다.
유방암 검진 (메머그램)	본인 또는 의사가 만져 느낄 수 있기 전에(자각 증상이 발생 하기 전에) 검진을 통해 유방암 여부를 알아볼 수 있습니다. 메디케어 수혜자로서 40세 이상인 여성은 누구나 12개월에 1회씩 유방암 예방 검진을 받으실 수 있습니다.
자궁경부암 및 질검사 (펩 테스트) (유방암 임상 검진 포함)	자궁암 및 질암에 대한 검진입니다. 메디케어 수혜자 여성은 누구나 24개월마다, 그리고 발암 위험이 높은 여성은 12개월마다 1회씩 검진을 받으실 수 있습니다.
금연 (금연 상담)	의사 지시 하에 관련 전문기관에서 서비스를 받으실 수 있습니다. 흡연 관련 질병에 걸렸다는 진단을 받았거나 흡연으로 인해 부정적 영향을 받을 수도 있는 약을 복용 중일 경우에는 12개월 동안 8회까지 전문기관을 방문하여 금연 상담을 받으실 수 있습니다.
대장 및 직장암 검진	대장 및 직장암을 조기 발견하여 가장 효율적인 치료를 받으실 수 있도록 도와 드립니다. 50세 이상이거나 직장암 발병 위험이 높은 분들은 잠혈 검사, S상 결장경 검사, 대장경 검사, 바륨 대장 X-ray를 받으실 수 있습니다. 메디케어에서 검사비를 몇 회나 지불하는가는 여러분과 담당 의사가 결정하는 검사의종류와 직장암 발병 위험 수준에 따라 다릅니다.
독감 예방주사	이 주사는 독감 또는 독감 바이러스를 예방하기 위한 것입니다. 가을 또는 겨울철 독감 유행시기에 1회 예방주사를 맞으실 수 있습니다.

전립선 암 검진	전립선 암 여부를 체크해 드립니다. 50세 이상의 남성은 누구나 12개월마다 1회의 디지털 직장 신체 검사 및 전립선 특이 항원(PSA) 검사를 받으실 수 있습니다.
폐염구균 예방주사	이 주사는 폐염구균 감염의 예방을 위한 것입니다. 메디케어 수혜자는 누구나 이 예방주사를 맞으실 수 있습니다. 대부분 일생에 단 한 번만 접종을 받으시면 됩니다. 관련 상담은 의사에게 요청하십시오.
B형 간염	3차례 예방주사를 통해 B형 간염으로부터 지켜 드립니다. B형 간염 발병 위험 수준이 높거나 중간 정도인 분들은 이 예방주사를 맞으실 수 있습니다.
골밀도 (골다공증검사) **당뇨병 검진**	측정 골절 위험이 있는지 여부를 알아보는 측정입니다. 골다공증에 걸릴 위험이 있는 분들은 24개월마다 1회 (의학적으로 필요할 경우에는 더 자주) 골밀도 측정을 받으실 수 있습니다. 당뇨병 발병 여부를 체크해 드립니다. 고혈압, 지방질이상 (콜레스테롤 및 중성지방 수치가 비정상적으로 높았던 적이 있는 경우), 비만, 고혈당과 같은 당뇨병 발병 인자가 있으신 분들은 검진을 받으실 수 있습니다. 또한 다음 중 2가지 이상에 해당하시는 분들도 검진을 받으실 수 있습니다. • 65세 이상, • 비만, • 당뇨병 가족력(부모, 형제, 자매), 및 • 임신성 당뇨병력(임신 중 당뇨병에 걸렸던 적이 있는 경우), 또는 9파운드 이상의 아기를 출산한 경우 검진 결과에 따라, 매년 최대 2회 당뇨병 검진을 받으실 수 있습니다. 자세한 사항은 의사에게 문의하십시오.
녹내장 검진	안질환인 녹내장 발병 여부를 체크해 드립니다. 녹내장 발병 위험이 높은 분들은 12개월마다 1회 검진을 받으실 수 있습니다.

상기 서비스 중 일부에 대해서는 연공제금, 공동보험금 혹은 공동부담액 등을 지불해야 할 경우도 있으며, 그 금액은 필요로 하는 서비스의 종류와 가입된 메디케어 건강 플랜에 따라 다릅니다.

기존 메디케어 플랜 예방 서비스 및 메디케어 혜택에 대해 자세히 아시려면, 웹사이트 www.medicare.gov를 통해 메디케어 예방서비스 가이드(CMS 간행물 제 10110호) 사본을 무료로 받으실 수 있습니다. 웹사이트 안에서 "간행물 (Publication)"을 선택하십시오. 또는 메디케어 무료라인 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)에 전화하셔서 상기 가이드의 사본을 요청하실 수 있으며, 청각장애자는 (TTY) 1-877-486-2048로 연락하십시오.

이 간행물은 미국암학회(American Cancer Society), 미국당뇨병협회(American Diabetes Association), 미국심장협회(American Heart Association)의 협조로 제작되었습니다.

CMS
CENTERS for MEDICARE & MEDICAID SERVICES

CMS 간행물 제 11100호
2006년 9월 개정판