



CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

## 健康維持のために メディケア予防サービス

**健**康維持のための簡単で重要な方法は、病気の予防と早期発見のサービスを受けることです。治療が最も効果的な時期に、健康上の問題を早期に発見することができるのです。医師または医療提供者に相談されて、必要な検査やその他のサービス、および健康を維持するためにどのくらいの頻度で検査を受ける必要があるかを確認してください。メディケアパートBにご加入なさる場合、多くの予防サービスを無料で受けます。

### お支払いいただく金額金額

メディケアパートBにご加入なさる場合、資格のある医師または割り当てを受け入れる他の医療提供者から予防サービスを受けると、多くの予防サービスに対する支払いが不要になります。そのメディケアの詳細は、医師、プロバイダーまたはサプライヤーへメディケア から直接支払われます。その提供されたサービスにメディケアが認める補償金額に同意して頂き、ご加入者（患者）にメディケアの免責金額および共同保険以上の金額をご請求されないことを合意して頂きます。メディケア・ヘルスプランにご加入されている場合、プランによっては、ネットワーク内の特定のメディケア対象予防サービスに対して、控除額、自己負担額、または共同負担額を請求しない場合があります。費用の詳細については、加入しているプランまたは給付管理者に直接お問い合わせください。メディケアヘルスプランの詳細については、[Medicare.gov/sign-up-change-plans/different-types-of-medicare-health-plans](https://www.medicare.gov/sign-up-change-plans/different-types-of-medicare-health-plans) をご覧ください。

---

メディケアは、これらの予防サービスをカバーしています：

### 腹部大動脈瘤スクリーニング検査

病気のリスクがある方を対象とした1回の超音波スクリーニング検査。腹部大動脈瘤の家族歴のある方、または、65～75才の男性でこれまでに少なくとも100本以上のタバコを吸ったことがある方は、リスクがあるとみなされます。

## メディケアは、これらの予防サービスをカバーしています：（継続）

### アルコール乱用スクリーニング検査&カウンセリング相談

メディケアは、メディケアに加入している成人を対象に、アルコール乱用（アルコール依存症は含まない）を特定するため、年1回のアルコール乱用スクリーニング検査を保証しています（妊婦含む）。陽性と診断された場合、面談式のカウンセリング相談を最大で年4回まで受けることができます（カウンセリング相談時に、ご自身に有効的且つ用心の為と思われた場合）。資格のあるかかりつけ医師またはその他のかかりつけ開業医は、プライマリケア環境（医師の診療所など）でカウンセリング相談を提供する必要があります。

### 骨量測定

この検査は、骨折リスクの判断に役立ちます。メディケアを使つては24ヶ月に1回（医学的に必要な場合はもっと頻繁に）これらの測定を受けることができます。

### 心血管系行動療法

メディケアは、心血管疾患のリスクを下げるために、プライマリケア医やその他のプライマリケア提供者との1年に1回の面会を補償します。診察では、主治医により、アスピリンの使用（適切な場合）判断、血圧のチェック、十分な食事に関するキーポイント（アドバイス）ご提供などが行われます。

### 心血管疾患スクリーニング検査

これらのスクリーニング検査では、コレステロール、脂質、トリグリセリドの値を検査し、心臓発作や脳卒中の危険性があるかどうかを調べます。メディケアは、5年に1回の心血管疾患スクリーニング検査をカバーしています。

### 子宮頸がん&子宮腔がんスクリーニング検査

メディケアは、子宮頸がんや腔がんをチェックするためのパップテストや骨盤の検査に適用されます。メディケアに加入しているすべての女性は24ヶ月に1回、高リスクの女性は12ヶ月に1回、これらの検査や試験を受けることができます。HPVの症状がない30〜65歳の加入者は、メディケアは5年に1回、ヒトパピローマウイルス（HPV）検査（Pap検査を受けた場合）もカバーします。

### 大腸がんスクリーニング検査

この検査は、治療効果の高い初期段階の大腸がんの発見に役立ちます。45歳以上の方、または大腸がんのリスクが高い加入者は、メディケアはこれらのスクリーニング検査の1つまたは複数カバーします：便潜血検査、血液型バイオマーカー検査、軟性S状結腸鏡検査、スクリーニング大腸内視鏡検査、バリウム浣腸、マルチターゲット便DNA検査（Cologuard<sup>™</sup>等）。メディケアがこれらの検査に対して、どの頻度で支払いを行うかは、検査の内容および大腸がんのリスクレベルに依存します。どの検査があなたに適しているかは、あなた自身と主治医が決定します。

## タバコの使用とタバコが原因となる病気を予防するためのカウンセリング相談

メディケアは、タバコを使用する人のための禁煙・禁煙カウンセリングをカバーしています。タバコを使用している加入者は、12ヶ月間に8回までカウンセリングを受けることができます。

## うつ病スクリーニング検査

メディケアは、メディケアに加入するすべての方に年1回のうつ病スクリーニング検査をカバーします。スクリーニング検査は、必要に応じてフォローアップ治療や紹介が受けられるプライマリケア（医師の診療所など）で受ける必要があります。

## 糖尿病スクリーニング検査

メディケアは、糖尿病や糖尿病予備軍をチェックするための血液スクリーニング検査をカバーします。肥満で糖尿病のリスクがあると考えられる方、高血圧、コレステロールやトリグリセリド値の異常（脂質異常症）、高血糖の既往がある方は、これらの検査を受けます。また、これらの基準のうち2つ以上に該当する場合は、メディケアでもこれらの検査をカバーします：65歳以上の方、肥満の方、糖尿病の家族歴のある方（両親、兄弟、姉妹）糖尿病（両親、兄弟、姉妹）、妊娠糖尿病（妊娠中の糖尿病）の既往歴がある方、または、体重が4kg以上の赤ちゃんを出産された方。検査結果に基づき、毎年最大2回のスクリーニング検査を受けることができます。

## 糖尿病の自己管理トレーニング

このトレーニングでは、糖尿病との付き合い方、管理方法を学びます。トレーニングには、健康的な食事、活動、血糖値のモニタリング、薬の服用、リスクの軽減などのヒントが含まれます。メディケアは、あなたが糖尿病で、医師または他の医療提供者から書面による命令を受けた場合、このトレーニングをカバーします。

## インフルエンザ予防接種

この予防接種はインフルエンザやインフルエンザウィルスの予防に効果的です。メディケアはインフルエンザの季節ごとに予防接種をカバーします。

## 緑内障検査

この検査は緑内障の発見に役立ちます。メディケアは、緑内障のリスクが高い方を対象に、12か月に1回の検査をカバーします。

## B型肝炎予防接種

この一連の予防接種は、B型肝炎の発症から人々を保護するのに役立ちます。メディケアは、B型肝炎のリスクが中程度または高い人々のためにこれらの予防接種をカバーしています。

メディケアは、これらの予防サービスをカバーしています：（継続）

### **B型肝炎ウイルス（HBV）感染症スクリーニング検査**

メディケアは、HBV感染のリスクが高い人や妊婦を対象としたHBV感染症のスクリーニングをカバーします。メディケアは、プライマリー・ケア提供者がこれらのスクリーニング検査を指示した場合のみ、そのスクリーニング検査をカバーしています。メディケアは、B型肝炎ワクチン接種を受けない高リスクが継続する人に対し、毎年HBV感染症のスクリーニング検査をカバーします。また、メディケアは、妊娠中の女性に対し、各妊娠の初回出生前診断時、新規または継続的な危険因子を持つ人の出産時、および将来の妊娠の初回出生前診断時にこれらのスクリーニング検査をカバーします（以前にB型肝炎ワクチンを接種した場合やHBVスクリーニング検査結果が陰性だった場合も同様です）。

### **C型肝炎スクリーニング検査**

メディケアは、1945年から1965年の間に生まれた加入者を対象に、1回限りのC型肝炎スクリーニング検査をカバーします。また、メディケアは、違法な注射薬を使用している、または使用したことがある人、1992年以前に輸血を受けた人など、リスクの高い特定の人々に対して、毎年のスクリーニング検査をカバーしています。

### **HIVスクリーニング検査**

メディケアは、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）スクリーニング検査を希望し、15歳以上65歳未満でリスクがない場合、または15歳未満または65歳以上でリスクが高まっている場合にカバーしています。メディケアは、12か月に1回、または妊娠中最大3回までの検査をカバーします。

### **肺がんスクリーニング検査**

メディケアは、以下の条件をすべて満たす場合、低線量コンピュータ断層撮影による肺がん検診を年1回実施します：50～77歳、肺がんの徴候や症状がない（無症状）、現在喫煙者であるか、過去15年以内に禁煙している、20パック年以上の喫煙歴がある（1日平均1パック（タバコ20本）×20年）、医師からの指示がある。肺がん検診を受ける前に、医師との面談を予約し、検診の利点とリスクについて話し合い、検診が自分に合っているかどうかを判断する必要があります。

### **マンモグラム（乳がんスクリーニング検査）**

メディケアは、40歳以上のすべての女性を対象に12か月に1回のマンモグラムをカバーしています。さらにメディケアは、35歳から39歳までの女性を対象に1回のベースライン・マンモグラフィをカバーしています。

## メディケア糖尿病予防プログラム

糖尿病予備軍で他の基準を満たす場合、メディケアは2型糖尿病の予防に役立つ、一生に一度の実証済みの健康行動変容プログラムをカバーします。このプログラムは、6ヶ月間にわたり、週1回のグループでのコアセッションから始まります。コアセッションを終了すると、健康的な習慣を維持するためのフォローアップセッションを毎月6回受けることができます。

## 医療用栄養療法サービス

糖尿病や腎臓病がある場合、または過去36ヶ月以内に腎臓移植を受けた場合、メディケアは医療栄養療法と特定の関連サービスをカバーすることもあります。医師からの紹介が必要です。

## 肥満行動療法

ボディマス指数（BMI）が30以上の場合、メディケアはお客様が減量すのを助けるために行動療法セッションをカバーします。メディケアは、プライマリケア医や他のプライマリケア提供者が、プライマリケアの場（診療所など）でカウンセリングを行い、あなたの個人的な予防計画を他のケアと調整することができる場合に、このカウンセリングをカバーします。

## 肺炎球菌予防接種

メディケアは、肺炎球菌感染症（ある種の肺炎など）の予防に役立つ肺炎球菌の注射（またはワクチン）をカバーしています。肺炎球菌ワクチンは、一定の基準により、最大3回まで接種をうけます。どのワクチンを受けるべきかについては、医師やその他の医療従事者に相談してください。

## 予防受診

**1回限りの「メディケアへようこそ」予防受診**—メディケアは、あなたの健康に関連する病歴や社会歴の確認、予防サービスに関する教育やカウンセリング相談（検診や予防注射、必要と思われる他のケアの紹介など）を行います。メディケアは、メディケアパートBに加入してからの12ヶ月間、この診察をカバーします。

**年次「ウェルネス」受診**—パートBの加入期間が12ヶ月を超える加入者は、1年に1度「ウェルネス」訪問を受け、現在の健康状態や危険因子に基づき、病気や障害を予防するための個人別プランを作成または更新することができます。メディケアは受診を12か月に1回カバーします。年次の「ウェルネス」受診は、健康診断ではありません。

メディケアは、これらの予防サービスをカバーしています：（継続）

### 前立腺がんスクリーニング検査

前立腺がんをチェックするスクリーニング検査です。メディケアは、50歳以上の男性（50歳の誕生日の翌日から）に対して、12ヶ月に1回の直腸指診と前立腺特異抗原（PSA）血液検査を補償します。

### 性感染症のスクリーニング検査&とカウンセリング相談

メディケアは、クラミジア、淋病、梅毒、B型肝炎の性感染症検診をカバーしています。メディケアは、妊娠中の女性や、性感染症のリスクが高い特定の人々に対して、これらのスクリーニング検査をカバーしています。主治医または他のプライマリケア提供者がスクリーニング検査を指示するか、行動カウンセリング相談を紹介する必要があります。メディケアは、12ヶ月に1回、または妊娠中の特定の時期に、これらのスクリーニングをカバーします。メディケアは毎年2回までの行動カウンセリング相談をカバーしています。メディケアは、プライマリケア（医師の診療所など）の場で、メディケア資格を持つプライマリケア提供者とのカウンセリング相談にのみカバーしています。メディケアは、入院患者（熟練看護施設など）における予防的サービスとしてのカウンセリング相談をカバーしません。



### 詳細についてはこちら

これらの予防サービスのメディケアのカバー範囲についての詳細、またはオリジナル・メディケアでの費用の詳細、[Medicare.gov/publications](https://www.medicare.gov/publications)で小冊子 “Your Guide to Medicare’s Preventive Services.” を閲覧または印刷してください。または 1-800-Medicare (1-800-633-4227) に電話して一冊をご注文してください  
TTYユーザー用番号：1-877-486-2048。

また、[Medicare.gov](https://www.medicare.gov) で安全なメディケアアカウントにログイン（または作成）して、オリジナル・メディケアで受けることができる予防サービスのリストを閲覧できます。アカウントを通じて、その他のメディケアに関する個人情報の入手、メディケア請求書の閲覧、メディケアカードのコピーの印刷、メディケアから請求書が届いた場合のメディケア保険料の支払いなどを行うことができます。



被保険者は、メディケアの情報を大活字、点字、音声などのアクセシブルな形式で入手する権利があります。また、差別を受けたと感じた場合には、苦情を申し立てる権利があります。サイト [Medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html](https://www.medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html), または電話 1-800-Medicare (1-800-633-4227) に詳細をお問い合わせください。TTYユーザー用番号 : 1-877-486-2048。

This product was produced at U.S. taxpayer expense.