

CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

건강 유지의 비결 메디케어의 예방 서비스

건강을 유지하는 데 쉽고 중요한 방법은 병을 예방하고 사전 발견 서비스를 이용하는 것입니다. 질병 예방 및 조기 발견 서비스는 일정한 질병으로부터 지켜주기도 하고, 최소한 최상의 치료를 받으면 건강상의 문제를 초기에 알려줄 수 있습니다. 필요할 만한 테스트나 다른 서비스들이 있는지 또한 건강을 유지하려면 얼마나 자주 해야 하는지에 대해 자신의 의사나 건강관리 제공자에게 문의하십시오. 메디케어 파트 B가 있으시면, 무료로 많은 예방 서비스를 받으실 수 있습니다.

메디케어가 이러한 예방서비스도 보장하는지 알고 계셨습니까?

복부 대동맥류 검사

위험군에 속하는 환자들을 위한 일 회 초음파 검사입니다. 만약 가족 중 복부 대동맥류에 걸리신 분이 있거나 여러분의 나이가 65세에서 75세이고 평생 담배를 최소 100 개비를 피웠다면, 위험군으로 간주합니다.

알코올 남용 검사와 카운셀링

메디케어는 알코올을 남용하고 혼자 통제가 어렵다고 판단된 성인(임산부 포함)을 대상으로 일 년에 한 번 알코올 남용 테스트를 보장합니다. 만약 테스트 결과가 양성이면 일 년에 4회의 면담을 받을 수 있습니다 (만약 카운셀링중 알코올을 남용하지 않을 것에 대해 자신이 있고 경각심을 느낄 경우) 자신의 일차진료 의사 또는 다른 일차진료 제공자가 일차진료 환경(의사 진료소와 같은 곳)에서 상담을 제공해야 합니다.

골밀도 측정

여러분이 골절 위험군에 속해 있는지 알아내는 측정입니다. 메디케어는 24 개월마다 (의학적으로 필요하다면 더 자주) 골다공증 위험군의 고객들을 대상으로 벌입니다.

메디케어가 이러한 예방서비스도 보장하는지 알고 계셨습니까? (계속)

심혈관 질환 (행동 요법)

메디케어는 일 년에 한 번 여러분이 1차 진료 의사를 방문해서 심혈관 질환 위험을 낮추도록 돕습니다. 방문 중, 주치의는 아스피린 복용 제안할 수 있으며 (필요 시), 혈압 측정과 식습관에 대한 팁을 줄 수도 있습니다.

심혈관계 질병 검사

만약 여러분이 심장마비나 뇌졸중 위험군에 있는지 확인하기 위해 주치의에게 콜레스테롤, 지방질과 트리글리세이드 수치 측정을 요청하십시오. 귀하가 위험군에 속하신다면, 이러한 질병을 막기 위해, 자신이 선택할 수 있는 방법이 있습니다. 메디케어는 콜레스테롤, 지방질과 트리글리세이드 수치 검사를 5년마다 제공합니다.

대장암 검사

최상의 치료를 받을 수 있도록 대장암을 초기에 발견하고자 하는 검사입니다. 자신이 50세 이상이거나 대장암 고위험군에 속한다면, 메디케어는 다음의 검사 중 하나 또는 그 이상을 제공합니다 — 대변잠혈반응검사, 혈액성 생체지표 검사, 연성S상결장검사, 대장암 검사, 바륨 관장 및 다중 대상 대변 DNA 테스트 (Cologuard™와 유사). 이런 검사비용을 메디케어가 지급하는 빈도는 검사와 이암의 여러분의 위험군 단계에 따라 다릅니다. 여러분과 주치의가 여러분에게 가장 적합한 검사를 결정합니다.

우울증 검사

메디케어는 메디케어 모든 고객님을 대상으로 일 년에 한 번 우울증 검사를 제공합니다. 이 검사는 1차 검진 환경(진료실과 같은)에서 이루어져야 하며, 필요 시 후속 치료와 의뢰가 제공될 수도 있습니다.

당뇨병 검사

메디케어는 당뇨병 또는 전 당뇨병 확인을 위한 검사를 제공합니다. 이러한 검사는 다음의 위험군에 속해 있다면 이용 가능합니다 — 고혈압, 비정상적인 콜레스테롤 및 트리글리세이드 수치 병력(이상지질혈증), 비만, 또는 고혈당 병력. 만약 여러분이 아래 내용에 두 개 이상 해당하시면 제공됩니다: 65세 이상, 과체중, 당뇨병 가족력(부모, 형제, 자매), 임신 당뇨병 병력(임신 기간 중 당뇨) 또는 4킬로그램 (9 파운드) 이상의 태아를 출산했을 경우입니다. 이 검사결과를 토대로, 여러분은 매해 2번의 검사를 받을 자격이 되실 수도 있습니다. 더 자세한 내용은 주치의에게 문의하십시오

당뇨병 자기관리 교육

이러한 교육은 자신의 당뇨에 맞서서 관리하는 데 도움이 됩니다. 이러한 교육에는 건강한 식사방법, 활동적으로 생활하는 방법, 혈당 관리법, 약 복용법, 위험성을 줄이는 방법 등이 포함될 수 있습니다. 메디케어는 당뇨가 있는 사람으로서, 의사나 다른 건강관리 제공자로부터의 지시서가 있으면 이 교육 참여를 보장해 드립니다.

플루 독감주사

인플루엔자 또는 플루 바이러스 감염을 방지합니다. 메디케어는 각 플루 시즌별로 한 번씩 이 주사를 제공합니다.

녹내장 테스트

이러한 테스트는 눈 질병인 녹내장을 확인하는 데 도움이 됩니다. 메디케어는 녹내장 고위험군에 해당하는 사람들을 위해 12개월마다 한 번 이 테스트를 보장합니다.

B형 간염 주사

이 연속되는 주사를 맞으면 B형 간염에 감염되는 것을 예방해 줍니다. 메디케어는 B형 간염에 감염될 중간 정도 내지 높은 정도의 위험성이 있는 분들을 위해 이 주사를 보장해 드립니다.

B형 간염 바이러스(HBV) 감염 검사

메디케어는 HBV에 감염될 위험성이 크거나 임신한 여성을 위해 HBV 감염검사를 보장해 드립니다. 메디케어는 일차진료 제공자가 지시한 경우에만 이러한 검사를 보장합니다. 메디케어는 B형 간염 백신을 맞지 않는 고위험이 지속되는 사람을 위해서 매년 HBV 감염검사를 보장합니다. 메디케어는 또한, 이전에 B형 간염 주사를 맞았거나 HBV 검사결과가 음성이었다더라도, 각 임신에 대해 첫 산전 진료방문 시에, 새롭거나 지속되는 리스크 요인을 가지고 있는 사람의 경우 분만 시에, 그리고 장래의 임신의 경우 첫 산전 진료방문 시에, 임산부를 위해 이러한 검사들을 보장합니다.

C형 간염 선별 검사

메디케어는 1945년에서 1965년 사이에 출생한 사람들을 대상으로 1회의 C형 간염 검사를 보장합니다. 메디케어는 또한, 고위험군에 속한 사람들이 계속 고위험 행동에 연관될 경우, 매년 일회 반복적 검사를 보장합니다. 고위험군에 속하는 사람은 다음의 상태 중 적어도 한 개를 충족시킵니다 — 현재 또는 과거에 불법 약물 사용의 이력이 있거나, 1992년 이전에 수혈을 받은 적이 있음.

메디케어가 이러한 예방서비스도 보장하는지 알고 계셨습니까? (계속)

HIV 검사

메디케어는, 가입자가 검사를 요청하고, 15세 내지 65세이며, 위험한 상태에 있지 않거나, 15세 미만이거나 65세 이상이고 증가된 위험 상태에 있다면 HIV(인체면역결핍바이러스) 검사를 보장합니다. 메디케어는 매 12개월에 한 번 보장하거나 임신 중에는 최대 3개월에 한 번씩 보장합니다.

폐암 검사

메디케어는 다음 조건들을 모두 충족하는 경우, 1년에 한 번 저선량 컴퓨터 단층촬영으로 폐암 검사를 보장합니다. 55세 내지 77세이고, 폐암의 징후나 증상이 없고(무증상), 현재 담배를 피우거나 지난 15년 내 담배를 끊었고, 최소 30 "갑년"(30년 동안 하루 평균 한갑(20개비))의 흡연 이력이 있고, 의사로부터 서면 지시를 받았음. 첫 폐암 검사 전, 귀하는 먼저 폐암 검사의 이점과 위험에 관해 상의하기 위해 주치의와 약속을 잡아야 합니다. 여러분과 주치의가 폐암 검사가 여러분에게 적합한지를 결정할 수 있습니다.

유방조영술 검사 (유방암 검사)

메디케어는 40세 이상의 여성에게 12개월마다 유방조영술 검사를 보장합니다. 메디케어는 또한 35세에서 39세의 여성들에게 한 번의 기본 유방조영술 검사도 보장합니다.

의료적 영양요법 서비스

메디케어는 만약 여러분이 당뇨 또는 신장병이 있거나 지난 36개월 동안 신장 이식을 받았거나 여러분의 주치의 또는 다른 자격이 있는 비의사가 여러분에게 서비스를 추천한 경우 의료적 영양요법과 특정 관련 서비스를 보장합니다.

메디케어 당뇨 예방 프로그램

메디케어 파트 B가 있고, 전당뇨가 있으며, 다른 기준들을 충족시킬 경우, 메디케어는 제2형 당뇨병을 예방할 수 있도록, 평생 1회 제공되는 입증된 건강행태 변화프로그램을 보장해 드립니다. 이 프로그램은 6개월이 넘는 기간 동안, 집단으로 제안되는 최소 16회의 핵심 세션을 시작합니다. 핵심 세션 후에는, 건강 습관 유지에 도움이 될 경우, 추가로 월 세션을 받을 수 있습니다.

비만 검사와 상담(카운슬링)

만약 여러분의 체질량 지수가 30 또는 이상인 경우, 메디케어는 여러분의 체중감량을 도우려고 행동요법 세션을 보장합니다. 메디케어는, 귀하가 다른 진료 및 맞춤형 예방 계획과 조율될 수 있는 일차 진료 환경(의사 진료실과 같은)에서 상담을 받을 수 있다면, 이 상담을 보장할 수 있습니다.

자궁경부 검사와 골반 검사 (유방 검사도 포함)

이 실험실 테스트와 검사는 자궁 경부암과 질암을 위한 검사입니다. 메디케어는 모든 여성에게는 24개월마다, 고위험군의 여성들에게는 12개월마다 이 테스트와 검사를 보장합니다. 메디케어는 또한 여러분이 30세-65세이고 HPV 증상이 없는 경우 인유두종 바이러스 (HPV) 검사(자궁경부 검사와 함께 제공되는 경우)를 매 5년에 한 번 보장합니다.

폐렴 주사

메디케어는 폐렴 감염을 막기 위해 폐렴 주사를 보장합니다(특정 유형의 폐렴과 같은). 메디케어는 또한 여러분이 첫 주사를 맞은 뒤 일 년 (또는 그 후)에 두 번째 주사도 보장합니다. 이러한 접종이 귀하에게 맞는지 알아보려면 귀하의 의사 또는 기타 의료서비스 제공자와 상담하십시오.

예방 방문

일회의 “메디케어 환영” 예방 방문—메디케어는, 건강에 대한 검토, 교육, 그리고 귀하가 필요로 할 수 있는 다른 진료를 위한 의뢰 등 예방적 서비스에 대한 상담을 보장합니다. 메디케어는 메디케어 파트 B(의료 보험) 보장의 첫 12개월 내에 이 방문 진료를 보장합니다.

연간 “Wellness(웰니스)” 방문진료—메디케어 파트 B를 이미 12개월 이상 가지고 있었던 경우, 매년 “Wellness (웰니스)” 방문을 통해 현재의 건강 및 위험 요인에 따라 개인별 맞춤 예방 플랜을 개발 또는 갱신할 수 있습니다. 메디케어는 12개월마다 한 번 이 방문을 보장합니다.

전립선암 검사

이러한 검사는 전립선암을 점검합니다. 메디케어는 50세가 넘는 남성(50세 생일 다음 날 시작)에게 직장 디지털 검사와 전립선 특이 항원(PSA) 검사실 검사를 12개월에 한 번 보장합니다.

성적 접촉에 의한 감염 검사와 카운셀링

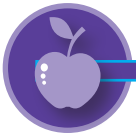
메디케어는 클라미디아, 임질, 매독 및 B형 간염에 대한 성병 검사를 보장합니다. 메디케어는 임신 중인 여성에 대해서, 그리고 일차진료의사 또는 다른 일차진료 제공자가 검사를 지시했을 경우 성병 감염의 위험이 높은 특정 사람에 대해서

메디케어가 이러한 예방서비스도 보장하는지 알고 계셨습니까? (계속)

이러한 검사를 보장합니다. 메디케어는 매 12개월에 한 번 보장하거나 임신 기간에는 특정 횟수를 보장합니다. 메디케어는 또한 성적으로 전염되는 감염의 위험이 증가하는 성적으로 활동적인 성인을 대상으로 20분에서 30분 동안, 고집중의 행동 카운셀링 세션을 매년 최대 두 차례 보장합니다. 메디케어는 그것들이 1차 의료서비스 제공자에 의해서나 (의사 진료실과 같은) 일차 진료 환경에서 이루어진 경우 이 상담 세션을 보장합니다. 메디케어는 전문 간호 시설과 같이, 입원 환자 환경에서 수행하는 예방적 급여로서의 상담은 보장하지 않습니다.

담배 사용 중단 상담

메디케어는 흡연을 하는 모든 사람들에게 대해서 12개월의 기간에 8회의 대면 진료방문을 보장합니다. 의사나 다른 의료서비스 제공자는 이러한 상담을 해주어야 합니다.



본인 부담분

만약 자격이 있는 의사 또는 기타 의료서비스 제공자에 의해 예방 서비스를 받은 경우 아무런 본인 부담분이 없습니다. 일부 메디케어 건강보험은 일정한 네트워크내 서비스, 메디케어 보장 예방서비스에 대해서 공제금, 공동부담금, 또는 공동보험비를 부과하지 않을 수 있습니다. 해당 비용에 대하여 보다 자세히 알아보시려면 귀하의 플랜이나 급여 관리자에게 직접 문의하십시오. 메디케어 건강보험에 대하여 보다 자세한 정보는 [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)를 참조하십시오.

추가 정보

오리지널 메디케어의 본인 부담금을 포함해서 이런 예방 서비스 관련 메디케어 보장에 관해 더 자세한 내용을 보시려면, [Medicare.gov/publications](https://www.Medicare.gov/publications) 를 방문하셔서 "메디케어의 예방 서비스용 가이드"를 보시거나 책자를 출력하십시오. 또는 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)으로 전화 주셔서 책자를 요청하십시오. TTY 사용자는 1-877-486-2048을 이용하실 수 있습니다.

또한, [Medicare.gov](https://www.Medicare.gov)에서 귀하 자신의 안전한 메디케어 계정에 로그인(또는 생성)하여 오리지널 메디케어에서 받을 수 있는 예방 서비스 목록을 볼 수 있습니다. 또한, 다른 개인적 메디케어 정보를 구하고, 자신의 메디케어 청구를 보고, 공식 메디케어 카드 사본을 출력하고, 메디케어로부터 청구서가 오면 메디케어 보험료를 납부할 수 있습니다.



A series of horizontal purple lines spanning the width of the page, intended for writing a memo or notes.

큰 활자체, 점자 혹은 오디오와 같은 이용 가능한 형식으로 메디케어 정보를 받으실 수 있는 권리가 있습니다. 귀하가 또한 차별을 받았다고 느끼는 경우 민원을 제기할 권리가 있습니다. 더 자세한 정보를 위해 [Medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html](https://www.medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html)을 참고하시거나, 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)에 문의하십시오. TTY 사용자는 1-877-486-2048을 이용하실 수 있습니다.

이 제품은 미국 납세자 비용으로 제작되었습니다.