



CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

건강한 상태 유지

메디케어의 예방 서비스

건강한 상태를 유지하기 위한 용이하고 중요한 방법은 질병의 예방과 조기 발견 서비스를 받는 것입니다. 질병의 예방과 조기 발견 서비스는 귀하가 일정한 질병에 걸리는 것을 방지하고 건강 문제를 치료 효과가 가장 좋은 조기에 발견하도록 도와 줄 수 있습니다. 귀하의 의사나 건강 케어 제공자와 상의하셔서 뒤에 따라오는 도표에 기술된 것으로서 무슨 검사 또는 기타 서비스를 필요로 하는지 그리고 건강한 상태를 유지하기 위해서 얼마나 자주 그러한 검사나 서비스가 필요한지를 아시기 바랍니다. 메디케어 파트 B가 있으시면, 여러분은 무료로 많은 예방 서비스를 받으실 수 있습니다.

당신은 메디케어 자료를 접근 가능한 형식으로 받을 수 있는 권리가 있습니다. 귀하는 또한 차별을 받았다고 느끼는 경우 민원을 제기할 권리가 있습니다. 더 많은 정보를 위해 [CMS.gov/about-cms/agency-information/aboutwebsite/cmsnondiscriminationnotice.html](https://www.cms.gov/about-cms/agency-information/aboutwebsite/cmsnondiscriminationnotice.html) 에 방문하거나 1-800-MEDICARE 에 전화하세요.

메디케어가 ... 를 커버하는 것을 아셨습니까

복부 대동맥류 검사	위험 대상자들을 위한 1회 초음파 검사. 만약 당신에게 복부 대동맥류 가족력이 있거나 당신이 65-75 세의 남자로서 일생 동안에 적어도 100개의 담배를 피웠다면 당신은 위험 대상자로 간주된다.
알콜 남용검사 및 상담	메디케어는 알코올을 남용하기는 하지만 알코올 의존 환자가 아닌 자들을 식별하기 위해서 메디케어를 가지고 있는 성인들(임신부들을 포함)을 위한 매년 1회의 알코올 남용 검사를 커버한다. 만약 검사에서 양성으로 판정되면 당신은 간단한 대면 상담을 (당신이 상담 시간 동안에 정신적으로 정상 기능을 하고 기민성을 유지하는 경우) 매년 4회까지 받을 수 있다. 그리고 자격을 갖춘 주치의사나 기타 주치 의료 제공자가 일차적 케어 환경에서 상담을 실시해야 한다.
골 질량 측정	이 검사는 당신이 뼈가 부러지는 위험 대상자인지를 알아 내는데 도움이 된다. 메디케어는 골다공증 위험 대상인 일정한 사람들을 위해서 24개월 마다 한번씩 (의료상 필요하다면 더 자주) 이 검사를 커버한다.
심혈관 질환 (행동 치료 요법)	메디케어는 당신의 심혈관 질환 위험성을 낮추도록 돕기 위해서 매년 1회 당신의 주치의의 방문을 커버한다. 이 방문 동안에 당신의 의사는 아스피린 사용 (만약 적절하다면)을 의논하고 혈압을 체크하며 당신이 제대로 식생활을 하도록 필요한 정보를 줄 수 있다.
심혈관 검사	당신이 심장마비나 뇌졸중 위험 대상자인지 판단하는데 도움이 되는 콜레스테롤, 지방질, 트리글리세리드 수치를 검사해 주도록 당신의 의사에게 요청하라. 만약 당신이 그러한 위험 대상자라면 그러한 질환을 예방하기 위해서 당신이 취할 수 있는 조치들이 있다. 메디케어는 콜레스테롤, 지방질, 트리글리세리드 수치를 위한 검사를 5년 마다 커버한다.
직장암 검사	이 검사는 직장암을 치료가 가장 잘되는 초기에 발견하는 것을 돕는다. 당신이 50세 이상이거나 직장암에 걸릴 위험성이 높은 경우에 메디케어는 다음과 같은 검사들 중의 하나 또는 그 이상을 커버한다: 분변 잠혈 검사, 연성 S상 결장경 검사, 대장경 검사, 바륨 관장 및 다목표 대변 DNA 검사("Cologuard"와 같은). 메디케어가 얼마나 자주 이 검사들의 비용을 지불하는가 하는 것은 검사와 당신이 이 암에 걸릴 위험성의 수준에 달려 있다.어느 검사가 당신에게 최상인가를당신과 당신의 의사가 결정하게 된다.
우울증 검사	메디케어는 메디케어 모든 고객님을 대상으로 일 년에 한 번 우울증 검사를 제공합니다. 이 검사는 1차 검진 환경(진료실과 같은)에서 이루어져야 하며 그 이후 치료와 소개가 제공될 수 있습니다.
당뇨병 검사	메디케어는 당뇨병이나 당뇨병 전증을 확인하는 검사를 커버한다. 이 검사들은 당신이 다음과 같은 위험 요인을 가지고 있는 경우에 이용할 수 있다: 고혈압, 이상 지질 혈증(콜레스테롤 및 트리글리세리드의 비정상적인 수준 과거력), 비만 또는 고혈당 과거력. 이 검사들은 당신이 다음 중의 두가지 이상에 해당되는 경우에도 커버된다: 65세 이상, 과체중, 당뇨병 가족력(부모, 형제, 자매), 임신성 당뇨병 (임신기간 동안의 당뇨병) 과거력 또는 당신이 9 파운드를 초과하는 아기를 분만한 경우. 이 검사들의 결과에 근거하여 당신에게는 매년 2회 까지의 검사를 받을 자격이 주어질 수 있다. 추가 정보를 위해서는 당신의 의사와 상의하라.
당뇨병 자율 관리 훈련	이 훈련은 당뇨병을 가진 자로서 의사나 기타 자격을 갖춘 건강 케어 제공자로 부터 서면 지시를 받은 사람들을 위한 것이다.
독감 주사	이 주사는 유행성 감기나 독감 바이러스의 예방을 돕는다. 메디케어는 각 플루 시즌별로 한 번씩 이 주사를 제공합니다.

메디케어가 ... 를 커버하는 것을 아셨습니까

녹내장 검사	<p>이 검사들은 눈질환 녹내장을 찾아내는 것을 돕는다. 녹내장 위험성이 높은 사람들을 위해서 메디케어는 12개월 마다 1회의 검사를 커버한다.</p>
B형 간염 주사	<p>이 일련의 주사는 B형 간염을 막기 위해 제공됩니다. B형 간염에 걸릴 위험성이 높거나 중간 수준인 사람들을 위해서 메디케어는 이 검사들을 커버한다.</p>
C형 간염 검사	<p>1945년과 1965년 사이에 출생한 사람들을 위해서 메디케어는 C형 간염 검사를 한번 커버한다. 메디케어는 또한 높은 위험성이 있는 행동을 계속적으로 하고 있는 고위험성의 일정한 사람들을 위한 연례 반복 검사를 커버한다. 메디케어 수혜자로서 고위험성이 있는 사람들은 다음과 같은 조건들 중에서 최소한 하나에 해당되는 자들이다: 현재 또는 과거에 불법적인 주사 마약 사용을 한 전력이 있거나 1992년 이전에 수혈을 받은 적이 있는 경우.</p>
HIV(인체 면역 결핍증 바이러스) 검사	<p>메디케어는 만약 여러분이 이 감염에 위험도가 증가하거나, 검사를 제안받았거나 임신 중이라면 HIV(에이즈 바이러스) 검사를 보장합니다. 메디케어는 12개월 마다 한번 또는 임신 기간 중에 3회까지 커버한다.</p>
폐암 검사	<p>당신이 다음의 모든 조건에 해당되는 경우에 메디케어는 매년 1회 저용량 CT (LDCT)를 통한 폐암 검사를 커버한다: 55-77세, 현재 담배를 피고 있거나 지난 15년 이내에 담배를 끊었던 자, 최소한 30 "pack years" (30년 동안 평균 하루 한갑)의 껍연 전력을 가진 자, 당신의 의사나 자격을 갖춘 비의사 전문직 의료 제공자로 부터 서면 지시를 받은 자. 당신이 최초의 폐암 검사를 받기 전에 당신은 당신의 의사와 만날 약속을 하고 폐암 검사의 유익과 위험성에 대해서 의논할 필요가 있다. 그후에 당신과 당신의 의사는 폐암 검사가 당신에게 적합한지를 결정할 수 있다.</p>
유방 조영상 검사 (유방암 검사)	<p>메디케어는 40세 이상의 모든 여성들을 위해서 12개월 마다 1회의 유방암 검사를 커버한다. 메디케어는 또한 35-39세의 여성들을 위한 1회의 기준선 유방암 검사를 커버한다.</p>
의료 영양 치료 서비스	<p>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.</p>
비만 검사 및 상담	<p>만약 여러분의 체질량 지수가 30또는 이상인 경우, 메디케어는 여러분의 체중감량을 도우려고 행동요법 세션을 보장합니다. 이 카운셀링은 여러분의 다른 관리와 조율되고 맞춤형 예방 계획과 조율될 수 있는 1차 진료 환경(진료실과 같은)에서 보장될 수 있습니다.</p>
자궁 경부암 검사 및 골반 검사 (유방 검사도 포함)	<p>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.</p>
폐렴구균 주사	<p>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 필요한지에 대해 주치의 또는 기타 의료서비스 제공자와 상담하십시오.</p>

메디케어가 ... 를 커버하는 것을 아셨습니까

<p>예방 의료 방문</p>	<p>1회의 “메디케어 가입 환영” 예방 의료 방문 — 메디케어는 귀하의 건강 상태의 검토 그리고 일정한 검사, 주사 및 필요한 경우 다른 케어를 위한 소개를 포함하는 예방 서비스에 관한 교육 및 상담을 커버한다.</p> <p>메디케어는 메디케어 파트 B(의료 보험) 커버리지의 최초 12개월 동안에만 이 방문을 커버한다.</p> <p>연례 “건강(Wellness)” 방문 — 만약 당신이 12개월 보다 더 오랫동안 파트 B 를 가지고 있었다면 당신에게는 당신의 현재 건강 상태 및 위험성 요인에 근거한 개인화된 플랜을 개발하거나 업데이트 할 수 있는 연례 건강 방문을 할 수 있는 자격이 주어진다.</p> <p>메디케어는 이 방문을 12개월마다 1회에 걸쳐 커버한다.</p>
<p>전립선암 검사</p>	<p>이 검사들은 전립선암을 발견하는데 도움이 된다.</p> <p>메디케어는 50세를 넘은 모든 메디케어 수혜자를 위해서 12개월 마다 1회의 디지털 직장 검사 및 전립선 특이 항원(PSA) 실험실 검사를 커버한다 (커버리지는 당신의 50세 생일 다음날 시작된다).</p>
<p>성적 접촉에 의한 감염 검사 및 상담</p>	<p>메디케어는 클라미디아, 임질과 B형 간염용으로 성적 접촉에 의한 감염 (STI) 검사를 보장합니다. 이 검진은 메디케어 고객 중 임신 중이시고/또는 1차 진료 의사 또는 기타 1차 진료 의사에 의해 이루어진 테스트 시 STI 위험 증가 군에 속하신 특정 메디케어 고객분들에게 보장됩니다. 메디케어는 매 12개월에 한 번 보장하거나 임신 기간에는 특정 횟수를 보장합니다.</p> <p>메디케어는 또한 성적으로 왕성한 성인들로서 증대된 STI 위험성을 가진 사람들을 위해서 매년 2회 까지의 개인적인 20-30분 동안의 직접 대면 집중 행동 상담시간을 커버한다. 메디케어가 이 상담시간을 커버하는 것은 일차 케어 제공자가 그 상담을 제공하며 그 상담이 의사의 진료실과 같은 일차 케어 환경에서 이루어질 때만이다. 즉 전문 요양 시설과 같은 입원 환자 환경에서 이루어지는 상담은 예방적인 혜택으로 커버되지 않는다.</p>
<p>흡연 및 담배 사용 중단 (금연 및 담배 제품 사용 중지 카운셀링)</p>	<p>격연 중단 상담은 담배를 피우거나 다른 담배 제품을 사용하는 자로서 그러한 담배 사용으로 인하여 야기되거나 복잡해진 질환의 진단을 받지 않은 자들을 위해서 커버된다. 메디케어는 12개월 기간 동안에 8회 까지의 직접 대면 방문을 커버한다. 이 방문은 자격을 갖춘 의사나 메디케어에서 인정받은 다른 의료 제공자에 의해서 제공되어야 한다.</p>

귀하가 지불해야 하는 것

예방 의료 서비스를 제공하고자 하고 또한 자격을 갖춘 의사나 건강 케어 제공자로 부터 그러한 서비스를 받는 경우에 귀하는 많은 그러한 서비스에 대해서 지불을 전혀 안하게 됩니다. 그러나 일부의 예방 서비스에 대해서는 공제 한도액, 공동보험료 및/또는 공동지불액을 부담하게 될 수도 있습니다. 이러한 금액들은 귀하가 필요로 하는 서비스의 유형과 귀하가 가지고 있는 메디케어 건강 플랜의 종류에 따라서 달라집니다.

보다 많은 정보를 위해서

본래의 메디케어를 위한 귀하의 부담 비용을 포함하여 이러한 예방 서비스를 위한 메디케어 커버리지에 관하여 보다 상세한 내용을 얻기 위해서는 웹사이트 www.Medicare.gov/publications 를 방문하셔서 “메디케어의 예방 서비스에 관한 안내 (Your Guide to Medicare’s Preventive Services)” 책자를 보시거나 인쇄하십시오. 또는 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)로 전화하셔서 사본을 요청하십시오. 문자전화(TTY) 사용자는 1-877-486-2048을 이용하실 수 있습니다.

귀하는 또한 웹사이트 www.MyMedicare.gov에서 등록하시고 귀하의 예방 건강 정보에 직접 접속할 수 있게 됩니다 — 매일 하루 24 시간 내내. 귀하는 귀하의 예방 서비스를 추적할 수 있고 귀하가 수혜 자격을 갖고 있는 메디케어가 커버하는 검사 및 검진에 관한 2년 기간 달력을 얻을 수 있고 개인에 맞게 이루어진 “끊임없이 움직이다(on-the-go)” 보고서를 인쇄하여 다음 번 의사 방문 약속 때에 가져갈 수 있습니다.