



# 신종 코로나바이러스와 나의 건강보험 기본 사항 알아보기

## 본인과 가족 보호

COVID-19로부터 나와 가족을 보호하기 위해 취해야 할 중요 조치를 소개합니다.

- 가능한 한 집에 머무르십시오.
- 20초 이상 손을 자주 씻으십시오.
- 아픈 사람과의 긴밀한 접촉을 피하십시오.
- 자주 접촉하는 표면을 청소하고 소독하십시오.
- 모든 크루즈 여행 및 꼭 필요하지 않은 항공 여행을 포함한 여행을 자제하십시오.
- 얼굴을 가릴 것이 필요한가요? **CDC에서 제공하는 제품을 착용해 보십시오.**
- 원격 의료 서비스에 대해 자세히 알아보기: [telehealth.hhs.gov](https://telehealth.hhs.gov).

### COVID-19 백신예방접종

[Vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)에서 가까운사업소를 찾은 다음 전화를 하거나 웹사이트를 방문하여 예약하십시오. 해당될 경우 추가 접종에 대해 승인된 COVID-19 백신을 제공하는 어느 곳에서든 부스터샷을 받을 수 있습니다.

COVID-19에 대한 우려 사항이 있거나 아픈 경우에는 귀하의 건강관리 전문가에게 문의하되, 먼저 전화를 이용하십시오!

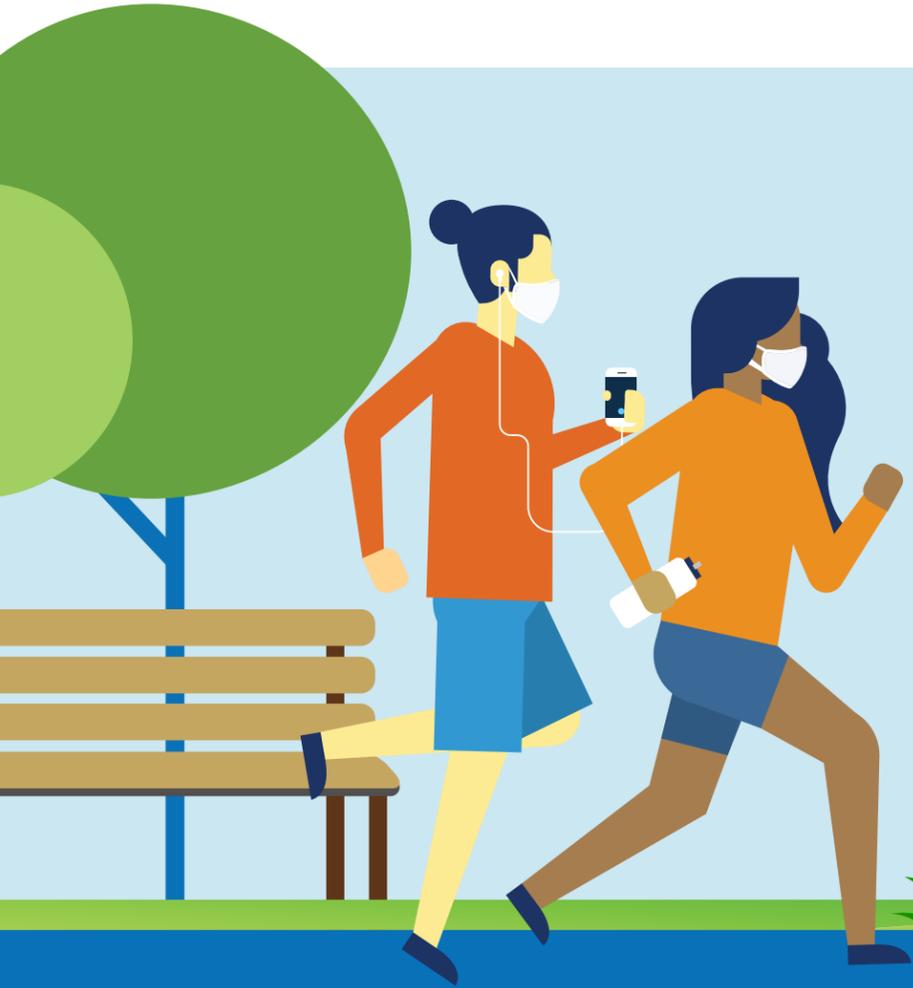


## 스트레스 관리

이 어려운 시기에 **CDC가 스트레스 관리에 좋은 몇 가지 방법**을 소개합니다.

- 뉴스 기사 및 소셜 미디어를 보거나 읽고 듣는 것을 잠시 중단하십시오.
- 지인들과 연락하십시오. 친구 및 사랑하는 사람들과 전화나 화상 채팅으로 우려 사항과 감정에 대해 이야기를 나누십시오.

건강을 우선으로 생각하십시오. 심호흡하거나 스트레칭 또는 명상을 하십시오. 건강한 식사를 하고 규칙적으로 운동하며 충분한 수면을 취하도록 노력하십시오.



## 사기 주의

**사기꾼으로부터 개인 정보를 보호하십시오!**

이런 불확실한 시기에는 주의를 빼앗기거나 방심하기 쉽습니다. 사기꾼이 개인 정보를 훔칠 수도 있습니다. 개인 정보를 대가로 신종 코로나바이러스 백신, 검사, 마스크 또는 기타 물품을 보내겠다고 거짓말을 할 수 있습니다.

의료 제공자의 진료실, 약국, 병원, 건강 보험 회사 또는 기타 신뢰할 수 있는 의료 제공자에 한해서 개인 정보를 공유하십시오.

보험 청구 요약 양식 또는 혜택 설명서(EOB)에 오류가 있는지 확인하십시오. 보험 카드를 항상 신용 카드처럼 안전하게 지키는 것이 중요합니다.

**Medicare는 전화로 Medicare 번호를 요청하거나 확인하지 않는다는 사실을 기억하십시오.**



자세한 정보: [Medicare.gov/fraud](https://www.Medicare.gov/fraud).

# MEDICARE 업데이트:

- **원격 의료 서비스:** COVID-19 시기 동안 Medicare는 **원격 의료 서비스**를 확대했습니다. 일반 진료실 방문, 정신 건강 상담, 예방 스크리닝 등이 이에 해당합니다. 이를 통해 의사 및 기타 건강관리 제공자가 환자를 진료실에서 직접 진료할 필요 없이 서비스를 제공할 수 있습니다. 자세한 내용은 의료 제공자에게 문의하십시오.
- **COVID-19 임상병리 검사.** 별도의 자기 부담 비용이 없습니다.
- **의학적으로 필요한 모든 입원.** 여기에는 COVID-19 진단을 받고 입원 후 퇴원하는 대신 격리된 상태로 병원에 입원해야 하는 경우를 포함합니다.

**기억할 사항:** 의사의 진찰이 필요하다면 방문 전에 먼저 전화하십시오. COVID-19에 해당하는 **응급 경고 증상이 발생한 경우에는 즉시 치료를 받으십시오.**

자세한 정보: [Medicare.gov](https://www.Medicare.gov).



## 무엇이 보장되나요?

- Marketplace를 통해 보장을 받을 수 있는 경우의 신종 코로나바이러스 보장은 일반적으로 기타 바이러스 감염 보장과 동일합니다.
- **Marketplace 플랜의 보장**에 대해 자세히 알아보십시오.

건강보험 회사의 구체적인 혜택과 보험 보장 정책을 확인하십시오

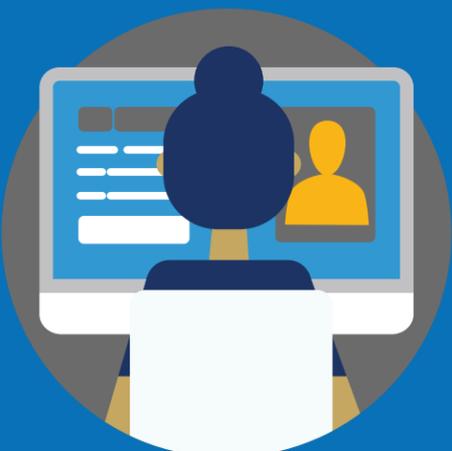


## HealthCare.gov

### 주의 사항:

모든 Marketplace 플랜은 기존 질환으로 인해 보험 보장에서 제외되는 것을 금지하고 있습니다. 보험 플랜은 건강 상태의 변화를 이유로 보험 보장을 종료할 수 없습니다. 주소, 가계 소득, 직업 또는 가구 규모가 변경된 경우에는 로그인하여 정보를 업데이트하십시오. 특정 상황이 발생하는 경우에는 보험 플랜을 변경할 수 있습니다.

**Medicaid 업데이트에 대한 자세한 정보는 [주 사무소에 문의하십시오.](#)**



# HealthCare.gov

## 특별 가입 기간:

처음으로 보험에 가입하거나 생활의 변화로 인해 보험 플랜을 변경할 수 있습니다. 보험에 가입할 수 있는지 또는 보장 내용을 변경할 수 있는지를 알아보려면 몇 가지 질문에 답변하십시오.



몇 가지 일반적인 사유는 다음과 같습니다.



건강 보험 보장 상실



가계 소득 변경



기혼



자녀 있음



가구 변경  
(부양가족, 사망, 이혼)



주소 변경



교도소  
출소



미국에서 시민권이나  
합법적 체류 신분 획득



## 정보가 더 필요한가요?

자세한 내용은 다음 사이트를 참조해 주십시오.

- [Coronavirus.gov](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html)
- CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- Medicare: <https://www.medicare.gov/medicare-coronavirus>
- Marketplace: <https://www.healthcare.gov/coronavirus/>
- Medicaid: <https://www.medicaid.gov/resources-for-states/disaster-response-toolkit/coronavirus-disease-2019-covid-19/index.html>
- IRS 세금 혜택 및 긴급 재난 지원금: <https://www.irs.gov/coronavirus-tax-relief-and-economic-impact-payments>

식사, 교통수단, 검사 및 기타 사항에 대한 현지 정보가 필요하신가요? 3-1-1로 전화하십시오.