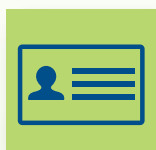




의료보장에서부터 진료까지

보다 나은
진료 및
건강한
삶을 향한
로드맵



5 단계: 의사방문 약속 잡기



1

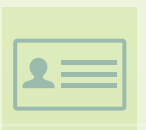


여기서부터 시작하세요

건강을 최우선으로 삼기

- 건강 유지는 나와 내 가족에게 중요합니다.
- 가정과 일터, 커뮤니티에서 건강한 라이프스타일을 유지하세요.
- 받아야 할 건강 검진을 놓치지 말고, 만성 질환을 관리하세요.
- 나의 건강 정보 자료를 한곳에 보관하세요.

2



나의 의료보장 이해하기

- 가입한 보험 플랜이나 해당 주의 메디케이드 또는 CHIP 프로그램을 확인하여 어떤 의료 서비스가 보장되는지 알아보세요.
- 보장에 따르는 비용을 잘 알아두세요 (보험료, 코페이먼트, 본인부담금, 코인슈어런스).
- 네트워크 소속 및 네트워크 비소속 간의 차이점을 파악하세요.

3



진료를 받을 곳 이해하기

- 생명을 위협하는 상황인 경우, 응급실을 이용하세요.
- 응급 상황이 아닌 경우에는 1차 진료를 받는 것이 좋습니다.
- 1차 진료와 응급 진료 간의 차이점을 파악하세요.

4



의료 제공자 찾기

- 믿을 만한 사람들에게 물거나 인터넷 검색을 하세요.
- 가입한 플랜의 의료 제공자 명단을 확인하세요.
- 어떤 의료 제공자에게 배정된 상황에서 다른 의료 제공자로 변경하고자 할 경우, 해당 플랜에 연락하세요.
- 메디케이드 또는 CHIP에 등록된 경우, 거주하시는 주의 메디케이드 또는 CHIP 프로그램에 연락하여 도움을 받으세요.

5



의사방문 약속 잡기

- 본인이 신규환자인지, 아니면 기존에 방문한 적이 있는지를 밝히세요.
- 가입한 보험 플랜의 이름을 알려 주고, 그 보험을 받는지 물어보세요.
- 방문하고자 하는 의료 제공자의 이름을 말하고, 방문 이유를 설명하세요.
- 방문 가능한 요일 또는 시간을 문의하세요.

6



방문 준비하기

- 보험 카드를 소지하세요.
- 가족의 병력을 파악하고, 본인이 복용 중인 약의 명단을 작성하세요.
- 질문 목록 및 논의할 사항을 작성하여 지참하고, 방문 시에는 의료 제공자가 설명하는 내용을 필기하세요.
- 누군가의 도움이 필요한 경우, 함께 방문하세요.

아니요

의료 제공자를 변경하고자 할 경우, 4단계로 돌아가세요.

7



나에게 적합한 의료 제공자인지 파악하기

- 방문한 의료 제공자와의 관계가 편안했나요?
- 의료 제공자와 제대로 의사소통을 하고 설명을 잘 이해할 수 있었나요?
- 본인과 의료 제공자가 함께 올바른 의사결정을 내릴 수 있다고 느꼈나요?
- 기억하세요: 다른 의료 제공자로 변경해도 괜찮습니다!

예

8



방문 이후에 취해야 할 단계들

- 의료 제공자의 지시를 따르세요.
- 처방전에 따라 약을 구입하고, 지시에 따라 약을 복용하세요.
- 후속 방문을 해야 할 경우, 방문 일정을 정하세요.
- 보장 혜택 내용을 검토하고, 의료비를 납부하세요.
- 질문이 있으면 의료 제공자, 건강 플랜, 또는 해당 주의 메디케이드나 CHIP 기관에 문의하세요.



5 의사방문 약속 잡기.

방문 예약 시 보험 카드 또는 기타 문서를 준비하여 자신이 원하는 것이 무엇인지 염두에 두고 예약하세요.

예약 시에 언급할 사항 및 받게 될 질문은 다음과 같습니다.

다음 사항을 언급하셔야 합니다:

- 자신의 이름, 그리고 새 환자라는 점.
- 의료 제공자를 방문하려는 이유. 새로운 1차 진료 제공자를 찾고 있으며 "연례 검진(yearly exam)" 또는 "건강검진(wellness visit)"을 받고자 한다거나, 아니면 독감, 알레르기, 우울증과 같은 특정한 우려사항이 있어서 방문하고자 한다고 말씀하시면 됩니다.
- 가입한 보험 플랜의 이름 또는 메디케이드나 CHIP 보장에 가입되어 있다는 점을 말씀하시고, 해당 진료실의 의료 제공자들 중 누가 네트워크에 소속되어 있는지에 대한 정확한 정보를 반드시 파악하세요.
- 방문하고자 하는 의료 제공자의 이름. 특정한 의료 제공자를 요청하면 방문 약속일까지 더 오래 기다려야 하는 경우가 있기 때문에, 지금 아프거나 더 빨리 방문해야 하는 상황에서는 네트워크에 소속된 다른 제공자를 권유받으실 수도 있습니다.
- 통역 또는 사용 가능한 의료 장비 등 특수한 요구사항이 있는 경우, 해당 의료 제공자 및 진료실이 이러한 요구사항을 제공해 줄 수 있는지 문의하세요. 제공해 줄 수 없다고 하는 경우에는 진료실의 다른 의료 제공자 중에 가능한 사람이 있는지 문의하세요.
- 내 일정에 맞는 날짜 및 시간. 어떤 진료실은 주말 또는 저녁 방문이 가능하기도 합니다.

또한 다음과 같은 질문을 해야 합니다:

- 방문하기 전에 작성해야 할 서류가 있다면 해당 서류를 미리 보내 주는지의 여부. 이렇게 미리 서류를 작성하면 방문 당일에 소요되는 시간을 줄일 수 있습니다.
- 방문 시에 의료 기록 또는 현재 복용하는 약 등을 가져 와야 하는지의 여부.
- 방문 약속을 변경 또는 취소해야 할 경우와 방법. 일부 진료실은 방문을 놓치거나, 늦거나, 방문 약속 전 24시간 내에 취소를 하는 경우에 일정한 비용을 부과합니다.

방문예약 사항:

- 여러분 및 가입한 의료보장에 대한 정보를 물어 볼 수 있으므로, 연락 시에 카드 또는 기타 문서를 눈앞에 준비해 놓으세요.
- 특히 새 환자는 방문 약속일까지 몇 주 정도 기다려야 하는 경우도 있습니다.
- 몸이 아파서 의료 제공자의 진료실에 연락하면 당일에 방문이 가능할 수도 있습니다.

도움이 되는 링크

의료보장 가입하기

**건강보험 마켓플레이스를 통해
의료보장 가입하기**

<https://www.healthcare.gov/blog/4-steps-to-getting-covered-in-the-health-insurance-marketplace/>

건강보험 예상비용 계산

<http://kff.org/interactive/subsidy-calculator/>

우리 지역에서 가입할 수 있는 플랜
<https://www.healthcare.gov/apply-and-enroll/health-insurance-plans-estimator-overview/>

예방의 가치

예방 및 저가의료법에 대한 이해

<https://www.healthcare.gov/prevention/>

의료 제공자 찾기

지역 의료 제공자 리뷰 및 점수

<http://www.healthgrades.com/>

첫 방문 계획하기

**첫 방문을 계획할 때 취해야 할
단계**

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/questions-before-appointment.html>

의료 제공자에게 물어볼 질문

**의료 제공자 방문 시 논의해야 할
주제 및 질문**

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/questions-during-appointment.html>

환자-의료 제공자 간의 관계

**의료 제공자와의 커뮤니케이션의
중요성**

<http://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/videos/index.html>

복용약 추적하기

**모든 약에 대한 기록을 유지하기
위한 환자용 지침 및 지갑용 카드**

<https://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/tips-and-tools/yourmeds.html>

메디케이드와 CHIP

주 운영 메디케이드 프로그램에 대한 정보

www.Medicaid.gov

각 주에서 운영하는 메디케이드 프로그램에 대한 정보

[https://www.medicaid.gov/state-overviews/
index.html](https://www.medicaid.gov/state-overviews/index.html)

아동 건강보험 프로그램(CHIP)에 대한 정보

www.insurekidsnow.gov



CMS 제품 번호
11842-K 2015년 1월