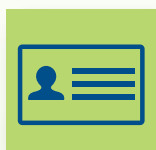




의료보장에서부터 진료까지

보다 나은
진료 및
건강한
삶을 향한
로드맵



6 단계: 방문 준비하기



1

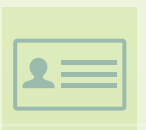


여기서부터 시작하세요

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.



6 방문 준비하기.

새 의료 제공자를 처음 방문하는 경우 또는 새 의료보장을 사용하는 경우에는 몇 가지를 지참해야 합니다.

이를 통해 의료 제공자가 여러분의 건강 및 생활방식을 파악하고, 방문 당시 및 그 이후에도 서로 협력하여 건강과 웰빙을 향상시킬 수 있습니다.

방문 약속 시간보다 일찍 도착하는 것이 중요합니다!

의료 제공자의 진료실에 도착하면 접수 담당 직원에게 접수를 합니다. 그러면 다음을 제시하라고 요청할 것입니다:

- 보험 카드 또는 기타 문서.
- 사진이 있는 신분증(예: 운전면허증, 정부 또는 학교 ID, 여권 등).
- 작성 완료된 서류.
- 코페이가 적용되는 경우, 해당 금액. 여러분의 기록을 받았다는 영수증을 요구하세요.

직원이 여러분에게 추가 서류를 작성하고 진료실의 개인정보 보호정책문을 읽으라고 요청할 것입니다. 개인정보 보호정책문은 여러분의 정보에 대해 어떻게 비밀 준수를 할 것인지에 대한 내용입니다. 이것은 법에 의해 요구됩니다.

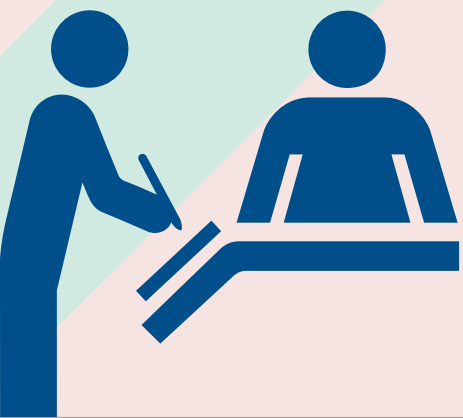
의료비용에 대한 도움말

방문 약속을 변경해야 한다면 의료 제공자의 진료실에 최대한 빨리 연락하세요. 약속 시간보다 늦게 방문하거나, 방문을 놓치거나, 방문 약속 전 24시간 내에 취소를 하는 경우, 많은 의료 제공자들이 일정한 비용을 부과합니다. 대부분의 건강 플랜에서는 이러한 비용을 부담해 주지 않습니다.

의료 제공자를 방문할 때 다음 정보를 공유하면 도움이 됩니다:

- 가족 병력, 그리고 가족 의료 기록을 갖고 있을 경우 해당 기록
- 복용 중인 약(약 용기(병)도 지참하여 의료 제공자에게 보여 주면 어떤 약을 복용하고 있는지 제공자가 알 수 있음).
재처방이 필요하면 요청하세요.
- 자신의 건강에 대해 질문이나 우려사항이 있을 경우 이를 기록해 두어 잊지 않고 질문하세요.

의료 제공자와 말씀하실 때 도움을 줄 수 있는 친구나 가족을 데려 가실 수도 있습니다.



알아야 할 나의 권리

환자로서 올바른 대우를 받아야 하며 개인 정보에 대한 비밀이 준수되어야 합니다. 대우 방식에 불만이 있으신 경우, 진료실 관리자 또는 의료 제공자와 이야기하겠다고 말씀하시고 이들에게 우려사항을 알리세요. 그럼에도 문제가 해결되지 않을 경우에는 여러분에게 맞는 해당 진료실이 아닐 것입니다.



망설이지 말고 말씀하세요!

의료 제공자는 여러분이 건강할 수 있도록 도움을 드리는 존재입니다. 자신의 건강과 웰빙에 대해 말씀해 주시고 질문이나 우려사항에 대해 함께 이야기를 나누면 의료 제공자가 더 나은 진료를 제공할 수 있습니다. 의료 제공자가 하는 이야기 중에 이해가 되지 않는 부분이 있다면, 말씀해 주세요!

진료를 마치고 나오기 전에 다음과 같은 질문을 하실 수 있습니다:

- 내 건강 상태가 어떤가요? 건강을 유지하려면 어떻게 해야 하나요?
- 그 다음에는 어떻게 해야 하나요? 혈액 검사나 다른 검사를 받아야 하나요? 그렇다면, 그 목적이 무엇인가요? 언제, 어떻게 검사 결과를 들을 수 있나요?
- 질병 또는 만성질환이 발생했다면 어떤 치료 방법들이 있나요? 치료 방법 각각의 혜택 및 우려사항에는 어떤 것이 있나요? 이 질병을 관리하지 않을 경우 어떻게 되나요?
- 약을 복용해야 한다면, 언제, 그리고 얼마나 복용해야 하나요? 부작용이 있나요? 복제약을 구할 수 있나요?



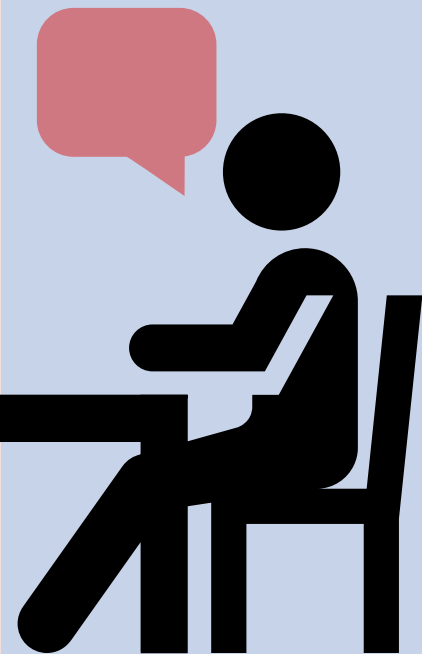
질문하세요

집에 가져 가서 읽어 볼 수 있는 자료를 의료 제공자에게 요청하고, 질문이 있을 경우 문의할 수 있는 전화번호가 있는지 물어보세요. 모든 궁금한 질문에 대한 답변을 듣고 다음 단계가 무엇인지 이해하신 후에 귀가하세요.

- 전문의 또는 다른 의료 제공자를 방문해야 하나요? 의료 제공자에게 제안사항을 요청했나요? 진료의뢰서가 필요한가요? 그렇다면, 진료의뢰서를 받아 두었나요?
- 다음 번 방문은 언제인가요?
- 집에 돌아가서 질문이 생기면 어떻게 해야 하나요?

의료비용에 대한 도움말

약을 복용해야 하는데 비용이 걱정된다면, 의료 제공자에게 이야기하세요. 보다 저렴한 약이 있거나, 약 구입비용을 보조하는 프로그램을 알고 있을 수 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 번호11843-K
개정일 2018년 7월