加入聯邦醫療保險：選擇以及善加利用相關福利

由於目前健康保險的費用和複雜性，許多人都期待著他們的65歲生日的來臨，因為屆時他們就能加入聯邦醫療保險Medicare了。對於那些合資格的人——主要是年齡在65歲以上者和一些年輕的殘障者——聯邦醫療保險計劃的花費可以比私人健康保險更低，保險條例也更具彈性。對於那些年輕時買不起健康醫療保險的人來說，聯邦醫療保險可能會成為他們最終所能享有的醫療保險。但是聯邦醫療保險 Medicare 也並不是一種一刀切的計劃。你仍需做審慎選擇，因為這將會影響你的受保範圍和所需支付的費用。

這本刊物將為您解釋應在何時以及如何註冊參加聯邦醫療保險 Medicare，而聯邦健保計劃裡的每個“Parts”（部份）究竟涵蓋哪些範圍，在做出該保險的各項選擇時應考慮的要點，以及去何處查詢更多詳情。

聯邦醫療保險的涵蓋範圍和費用

聯邦醫療保險計劃 Medicare 包括以下四個部份“ Parts”，Part A (A部份) 和 Part B (B部份)一起通常被稱為“ Original Medicare”——原始聯邦醫療保險。

■ **Part A (A部份)** 涵蓋病人的住院留醫、技術性的護理設施、一些家護健保的探訪、和安寧護理即臨終照顧,（但不包括全面看護，也稱為“ 長期”護理）。大多數人藉由他們或配偶在工作年度中所繳納的醫療保險稅金（至少有40個工作季度，總共為期10年）都將有資格免付A部份的保費。對於那些不符合資格者，在2020年，A部份保費為每月$437。但享用A部份的福利前你需先付一定的自費額（那就是在聯邦醫療保險開始為你付費之前，個人需要先支付的金額；2020年自付額為$1,408），需支付定額門診費，如長期住院使用護理設施則需支付保費分擔額（這是一項固定費用或按百分比支付的服務費）。這些自付費用是沒有年度上限的。

■ **Part B (B部份)** 涵蓋醫師看診、門診服務（X光照射，化驗室檢測等），以及一些經由醫生代為申請的醫療設備(例如輪椅)，和一些醫療所需的雜項服務及用品。通常你需要按月支付B部份保費（該保費依據個人收入而定，在2020年每月大約是$144.60，最高額為$491.60）。如果你有領取社會安全福利金的話，它會由其中扣除，否則你就要每月按帳單付費。另外你還需要繳納自付額（2020年為$198），並且大多數服務和用品通常還會收取20%的保費分擔額，但有些疾病預防服務是免費的。自付費用是沒有年度上限的。

■ **Part C (C部份)** 是指Medicare Advantage Plans（即聯邦醫療保險優勢計劃），它是由Medicare批准的私人保險公司（例如HMO和PPO）所提供。聯邦醫療保險優勢計劃必須涵蓋A部份和B部份（即Original Medicare原始聯邦醫療保險）提供的所有範圍。大多數包括處方藥保險範圍（D部份），並且提供額外保險如視力，聽力和/或牙科保健。要註冊C部份，你必須已經註冊A部份和B部份。除需付B部份保費外，你還需按月支付優勢計劃保費，也要付定額門診費。（Medicare Advantage聯邦醫療保險優勢計劃並非在全美各地區都有提供，你的居住區也許只有一種健保計劃可選。）

■ **Part D (D部份)** 涵蓋處方藥花費。這是為你的原始聯邦醫療保險受保範圍（A部份和B部份）增加處方藥福利的方式。投保人每月支付保費（2020年的預計平均值為$30；收入較高的投保人按收入作每月調整（IRMAA=附加費）而需要為B部份和D部份支付較高的費用），還有年度自付額和處方藥費用分擔額（如定額門診費或保費分擔額），這些自付費用隨計劃、處方和藥房而

各項費用

- **Premium:** 就是保險費，通常所顯示的數目為每月金額。
- **Copayment:** 定額門診費，這是你在接受服務時需支付的金額。例如，你去主治醫生就診時需要支付$10的定額門診費，或是去看皮膚科醫生、心臟科醫生等專家時需要付$35的定額門診費。其他醫療服務通常也都有定額門診費，例如包括急診室就醫、救護車服務、門診手術，和放射科診斷服務等。定額門診費數目多少可能因計劃不同而異。
- **Coinsurance:** 保費分擔額，這是你在得到醫療服務或處方藥時按百分比例所支付的費用。某類處方藥可能有預定費用，例如$40；而其他類別的處方藥則可能有保費分擔額，例如是33%。保險分擔額多少可能因計劃不同而異。
- **Deductible:** 自付額，這是每一時期你必需在Medicare聯邦醫療保險或相關計劃開始付款之前，你需支付醫療服務的金額。例如，你的自付額是$1,000，你就必需先支付$1,000，然後保險公司才會開始付你受保的費用。自付額可能因計劃不同而異。

有所不同。像C部份一樣，處方藥受保範圍也可從Medicare批准的私人公司獲得。（請參閱下文關於處方藥覆蓋缺口，即所謂donut hole（甜甜圈孔）的相關訊息。）

請使用Medicare網頁裡“尋找適合你的計劃 (Find a plan that works for you)” (*https://www.medicare.gov/find-a-plan/questions/home.aspx*)，瞭解有關Medicare Advantage（C部份聯邦醫療保險優勢計劃）和Medicare處方藥（D部份）等等計劃選項。

聯邦醫療保險補充計劃

Original Medicare（原始聯邦醫療保險）與Part D（D部份）處方藥保險涵蓋範圍是相當廣泛的，但仍有些自付費用。為了縮小涵蓋和非涵蓋範圍之間的差距，原始聯邦醫療保險投保者應認真考慮增購Medigap（聯邦醫療保險補充計劃）。

Medigap（聯邦醫保補充計劃）是你從私人公司所購買的健保補充計劃，用來支付Original Medicare原始聯邦醫療保險（A部份和B部份）未能完全涵蓋的費用，例如保費分擔額、定額門診費、自付額和當你因出國旅行所引致的醫療費用。（原始聯邦醫療保險的A和B都有自付額和保費分擔額。）

Medigap聯邦醫療保險補充計劃不支付Original Medicare（原始聯邦醫療保險）所未涵蓋的任何服務（因此，它不包括視力或牙科保健，以及助聽器或處方藥等）。對於處方藥保險，你需要購買Medicare D部份，請上網瞭解詳情 (*https://www.medicareresources.org/medicare-benefits/medicare-part-d/*)。

Medigap聯邦醫療保險補充計劃是按字母來標明等級，每個字母所標明的計劃提供不同等級的保險範圍。但是，無論你從哪家保險公司購買，附有相同字母（例如G，K或L等等）的計劃都將提供相同的保險範圍（但是Massachusetts, Minnesota 以及Wisconsin這三個州則會有例外情形）。雖然這並不表示其保費也會相同，所以貨比三家就很重要了。

保險公司將會告訴你如何支付Medigap聯邦醫療保險補充計劃的保費。

如需查詢你所在地區的Medigap聯邦醫療保險補充計劃的詳情，可以使用 Medicare.gov 所提供的Medigap保險項目搜索工具 (*https://www.medicare.gov/find-a-plan/questions/medigap-home.aspx*)（在某些州，你也許能購買另一種類型稱為Medicare SELECT的Medigap健保補充計劃，其條款規定可能會要求你使用網絡內的醫生和醫院才有資格享用全額福利）而Money Talks News網站的“如何選擇最佳Medicare聯邦醫療保險補充計劃的4個步驟”也提供有關指導 (*https://www.moneytalksnews.com/the-abcs-selecting-medicare-supplement-plan/*)。Medigap聯邦醫療保險補充計劃的保費幅度很廣，根據各種計劃類型，每月保費可由低於$100到超過$400之間不等。

Medigap聯邦醫療保險補充計劃與Advantage聯邦醫療保險優勢計劃

參加Medicare聯邦醫療保險者，如果想要額外保險，就必需做出選擇是購買Advantage計劃（即C部份聯邦醫療保險優勢計劃），還是購買Original Medicare（含有A和B部份的原始聯邦醫療保險）加上Medigap聯邦醫療保險補充計劃。這兩種選擇各有利弊，至於哪種對你更為有利，其實是基於多種因素，包括你的個人所需和預算。

以下提示你應列入考慮的幾個方面：

■ 加入Medigap聯邦醫療保險補充計劃者，可以去看任何一位接受Medicare聯邦醫療保險的醫生（這包括大多數的醫生）。而大部分的Advantage聯邦醫療保險優勢計劃則以網絡內的醫生和醫院服務為基礎。

■ 根據Medicare 聯邦醫保B部份或Medigap聯邦醫療保險補充計劃等條文規定，你無需經由轉介即可直接見專科醫生。但有些Advantage聯邦醫療保險優勢計劃，可能需要轉介才可看專科。

■ Medigap聯邦醫療保險補充計劃更易於選擇和使用，因該項計劃已達到標準化，容易做比較。通過Medigap計劃服務管道，通常費用會直接匯轉給醫療服務提供者。而Advantage聯邦醫療保險優勢計劃，如有費用，則會要求你直接向醫療服務提供者繳交共付額。

■ 與Medicare Advantage聯邦醫療保險優勢計劃計劃相比，Original Medicare原始聯邦醫療保險加上Medigap聯邦醫療保險補充計劃的保險通常可以減少投保人的自付費用（如定額門診費、保費分擔額，以及自付額）。不過，Medicare Advantage聯邦醫療保險優勢計劃的每月費用通常較低，在你繳付聯邦醫保B部份保費之後，某些優勢計劃甚至是零自付費。

■ 雖然某些$0保費的Advantage聯邦醫療保險優勢計劃可能很有吸引力，但是如果你在一年當中需要醫療服務，你最終可能會比按月計費的健保要支付出更多的費用。（聯邦醫療保險優勢計劃在2020年的最高自付額為$6,700，雖然有些定價比這低些。）

■ 有些Advantage 聯邦醫療保險優勢計劃也包括處方藥保險，這可能會比另外購買聯邦醫療保險Part D（D部份）便宜。

■ 如果你有高昂的醫療費用，Medigap聯邦醫療保險補充計劃保險條例會讓你受益更多，因為保費分擔額和共付額都在保險範圍內，通常自付額也在保險範圍內。（不論Original Medicare 或是Part D的自付額都無最高上限額，也就是說如果有心臟病手術而沒有購買Medigap計劃，你就有可能要付一筆高達五位數字的共付額。）不過如果你身體健康，你則可以藉由保費較低廉的聯邦醫療保險優勢計劃來省錢。

■ Medigap聯邦醫療保險補充計劃的費用會因公司、州和計劃類型不同而異。保費高低通常依據你目前的年齡（達齡定價，也就是說你的年齡越大，保費就越高）、投保時的年齡（按投保年齡定價，即你的保費將永遠不會隨著年齡而增加），或完全不考慮年齡（按社區等級定價，就是所有計劃參與者都支付相同的保險費，而不論年齡或總體健康狀況如何）。吸煙者的保費有可能較高。保費也有可能會隨通貨膨脹而增加。

■ 如果你在處方藥上花費很多，則可尋求一種涵蓋藥物保險的Medicare Advantage（聯邦醫療保險優勢計劃），然後將該費用與Medicare聯邦醫療保險Part D（D部份）的保費做比較，了解哪種計劃更好。另外，也應查核該計劃的處方表，以確保你所服用的藥物是在受保範圍內。

■ 如果你在簽署了Part B（B部份）之後的六個月內沒有加入Medigap聯邦醫療保險補充計劃，若是抱病投保，你可能會被拒絕加入保險。你可以在年度保險開放選擇期間 (AEP) 更改Medigap或Medicare Advantage聯邦醫保優勢計劃，雖然可能會有一些限制或承保要求，你甚至可以轉換回另一個計劃 (https://www.medicareresources.org/faqs/can-i-switch-between-medicare-advantage-and-original-medicare/)

處方藥“覆蓋缺口”

Medicare聯邦醫保藥物計劃（D部分）有一個覆蓋缺口，稱為“甜甜圈孔”(https://www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/costs-for-medicare-drug-coverage/costs-in-the-coverage-gap)，那就是在受保人已達到一定的處方藥支出水平之後（2020年為$4,020)，但在災難性保險覆蓋開始之前（2020年為$6,350）的這段時期投保人曾經要承擔100%的處方費用。ACA（可負擔健保法案）已成功更改了此條例，但這並不表示你在該受保階段不需負擔大量的處方藥費用。在保險覆蓋缺口期間D部份參與者仍必需支付任何處方藥25%的費用。如果你享有Extra Help（請參閱下文“財務援助”部分)，就沒有保險覆蓋缺口。eHealthMedicare.com 有提供管理處方藥費用的提示 (https://www.ehealthmedicare.com/medicare-part-d-articles/five-ways-avoid-medicare-part-d-coverage-gap-donut-hole/)。Medicare聯邦醫保也提供了6個選擇Medicare藥物保險的提示 (https://www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/how-to-get-prescription-drug-coverage/6-tips-for-choosing-medicare-drug-coverage)。

- 如果你有Medicare Advantage（聯邦醫保優勢計劃），就不能使用或購買Medigap（聯邦醫療保險補充計劃）。如果你加入了Medicare Advantage（聯邦醫保優勢計劃），則應放棄Medicare Supplement（聯邦醫療保險補充計劃），因為它不會支付任何Medicare Advantage的自付額，共付額或保費分擔額。（如你放棄自己的Medigap計劃，當你將來離開Medicare Advantage計劃時仍可重新參加Medigap計劃，但那時你可能會要支付更高的保費。）

請瀏覽Medicare聯邦醫療保險網站的有關Medigap的指南 (https://www.medicare.gov/pubs/pdf/02110-medicare-medigap-guide.pdf)，可獲得如何正確選擇Medigap聯邦醫療保險補充計劃的相關訊息。

參加資格和註冊期限

你務必要清楚知道加入Medicare（聯邦醫療保險）的符合資格期限以及註冊期限，這樣你才不會突然發現自己還沒有醫療保障，或是必需支付罰款。

參加資格

聯邦醫療保險A部份和B部份：要符合資格申請Medicare聯邦醫療保險的A部份和B部份，你必需是美國公民或至少連續五年是永久合法居民。你還必需至少符合以下條件之一：

- 年齡在65歲或以上，合格領取社安金（你可以上網查核你的社安保障領取資格 https://ssabest.benefits.gov）
- 永久傷殘並且已領取至少兩年以上的殘疾福利金
- 罹患永久性腎衰竭，需要長期洗腎或進行腎臟移植，或患有 Lou Gehrig's disease (ALS) 疾病者

C部份(聯邦醫療保險優勢計劃): 要合格加入 聯邦醫療保險優勢計劃 (Advantage)，你必需已加入Medicare 的A部份和B部份，並且必需居住在你所選擇的 Advantage聯邦醫療保險優勢計劃服務區域內。

D部份： 若想要合格獲得Medicare聯邦醫療保險處方藥計劃，你必需已經加入Medicare A部份和(或)B部份，並且必需居住在你所選擇的處方藥計劃服務區域內。

註冊聯邦醫療保險

A部份和B部份：如果你已經獲得了社會安全 (SS) 或鐵路退休委員會 (RRB) 的福利，在你滿65歲當月的第一天開始（如果你的生日在當月首日，也可能會在生日當月的前一個月），你將被自動註冊加入A部份和B部份。而在你開始受保之前三個月，你應該會收到Medicare聯邦醫療保險郵寄給你的資料袋。

如果你尚未獲得社會安全(SS)或鐵路退休委員會(RRB)的退休福利，你就不會自動被註冊加入聯邦醫療保險。 Medicare A部份和B部份的初始註冊期有七個月，是從你年滿65歲的之前三個月開始，加上你達到65歲的當月，一直到你65歲之後的三個月為止。

如果你已經領取長達24個月的社會安全(SS)或鐵路退休委員會(RRB)之傷殘福利，或者你罹患 Lou Gehrig's disease (ALS) 疾病，都將被自動註冊加入聯邦醫療保險A和B部份。如果你患有腎功能衰竭，若想加入聯邦醫療保險，則需自行註冊。

C部份：Medicare Advantage（聯邦醫療保險優勢計劃）的初始註冊期限與Original Medicare 原始聯邦醫療保險（A部份和B部份）的相同。或者你可以在10月15日至12月7日的年度選擇期間 (AEP) 報名 (或更改)下一年從1月1日開始生效的保險期。（而這C部份的註冊並非自動）。一旦加入，以後你只能在10月15日至12月7日之間或者1月1日至2月14日之間退出Medicare Advantage(聯邦醫療保險優

勢計劃)。在這兩段時間以外，只有當你符合某些特定要求時，才可以在Medicare Advantage（聯邦醫療保險優勢計劃）和原始Medicare（聯邦醫療保險）之間轉換(例如搬家離開你的健保計劃的服務區域，或是搬入或搬出醫療護理設施時）。

D部份： 你可以在初始註冊期間註冊處方藥受保範圍，這對於大多數人而言，註冊期與原始聯邦醫療保險的七個月期限相同。（這項D部份的註冊並非自動。）

你可直接向提供該計劃的保險公司申請Medicare D部份計劃，或申請已包含藥物保險的Medicare Advantage聯邦醫療保險優勢計劃。但是你不能同時註冊D部份計劃和包含藥物保險的Advantage聯邦醫療保險優勢計劃。

在某些情況下（例如你雇主所贊助的保險已經終止），你也可以在特定的聯邦健保選擇期間(SEP)參加Medicare聯邦醫保的任何部份（A，B，C或D部份），你將不會受到處罰。想知道哪些生活事件能使你合格參加特定的聯邦健保選擇註冊期，請參閱：*https://www.medicare.gov/sign-up-change-plans/when-can-i-join-a-health-or-drug-plan/special-circumstances-special-enrollment-periods*。為了避免永久的保費罰款金，你會被要求證明自己擁有“可靠的”醫療保險或處方藥保險（請參閱下文“罰款”章節。）

Medigap： Medigap（聯邦醫療保險補充計劃）所規定的開放註冊期是六個月，從你65歲生日當月的首日算起（只要你已註冊了Medicare B部分），或者是在註冊Medicare B部份的六個月之內。在這段期間，你可以購買任何Medigap保險，其費用是與身體健康的人所支付的保費相同（這是“保證賠付”權）。如果你嘗試在此期間之外購買Medigap保險，則可能由於抱病在身而被拒絕。或者，如果你受保，你的費率可能會比較高。

在大多數情況下，當你從Medicare Advantage（聯邦醫療保險優勢計劃）轉換到Original Medicare（原始聯邦醫療保險）時，你將失去Medigap聯邦醫療保險補充計劃的“保證賠付”權。但是也有例外，就是當你失去了Advantage聯邦醫療保險優勢計劃（例如你搬了家或該計劃在你的居留區停止運作），或如果是在你首次合格獲得Medicare聯邦醫療保險後購買了Medicare Advantage聯邦醫療保險優勢計劃，並在最初的12個月內對其並不滿意。 在這樣的情況下，你可以轉換到具有Medigap（聯邦醫療保險補充計劃）短期保證賠付權的Original Medicare（原始聯邦醫療保險）。

逾期投保罰金

通常，當你一旦符合資格時，就應加入Medicare（聯邦醫療保險）B部份。然而可以有一些例外。例如，你通過擁有20名或20名以上員工的雇主而獲得“可靠的”醫療保險（相當於或更優於Medicare的保險），那麼你可以推遲註冊和支付B部份。（對於大多數人而言，沒有理由在符合資格後不立即參加零保費的Medicare 聯邦醫療保險的A部份）

如果你在剛開始合格加入時卻沒有註冊Medicare Part B （B部份），則從初次獲得資格到你終於註冊的期間，你可能需要每年支付10%的罰款。在你擁有B部份的保險期間，這筆罰款就將會被添加到你每月的保費中。（例如，根據你的收入，你的B部分保費將為每月$150。但是，由於你五年前就有資格參加Medicare，但你延遲加入，因此，如果你今天註冊Medicare B部份，則必需每月支付$150基本費，外加這五年內按每年$15計算的罰款。即在你註冊參加Medicare B部份期間，你的每月B部份保費總計將是$225。）如果你失去了自己可靠的非Medicare保險，你將有八個月的時間參加Medicare B部份而不會受到任何處罰。請至聯邦醫保網站Medicare.gov (*https://www.medicare.gov/your-medicare-costs/part-b-costs/part-b-late-enrollment-penalty*) 去了解更多相關訊息。

同樣，如果你在符合資格時卻沒有參加D部份（處方藥保險），而且也沒有其他可信賴的處方藥福利（例如包含處方藥保險的聯邦醫療保險優勢計劃，或是一個由雇主贊助的醫保計劃），你則將被處以1%保費的罰款。在你最終報名之前，每個未投保的月份都將添加1%的保費罰款。如果你失去了自己可靠的非聯邦醫保的保險，你可以有兩個月的時限註冊參加D部分，且不會受到任何處罰。請至聯邦醫保網站Medicare.gov (*https://www.medicare.gov/drug-coverage-part-d/costs-for-medicare-drug-coverage/part-d-late-enrollment-penalty*) 去了解更多訊息。

如何避免永久性的逾期投保罰款：

- 除非你經由雇主或其他來源得到可靠的健保，你應在符合資格後立即註冊聯邦醫療保險B部份和D部份。
- 你應與雇主和/或Medicare聯邦醫療保險確認你所擁有的雇主贊助（或其他）承保範圍是可靠的，並且准許你能避免因未加入B部份或D部份而受到處罰。
- 當你雇主所贊助的（或其他）保險終止時，註冊加入Medicare聯邦醫療保險，即使你繼續受保

於COBRA（原雇主贊助的健保在你失業後的延續保險期），或退休人員健保。

請至AARP“在正確的時間內註冊”的網頁 (https://www.aarp.org/health/medicare-insurance/info-04-2011/medicare-enrollment.html) 和金錢訪談新聞的“你能選擇退出聯邦醫保嗎”網頁 (https://www.moneytalksnews.com/can-you-opt-out-of-medicare/) 去了解更多訊息。

你開始受保的確切日期決定於你何時註冊。可上網 MyMedicareMatters.org 查看圖表詳細解釋 https://www.mymedicarematters.org/enrollment/when-can-i-enroll/。

財務援助

如果你的收入和資源有限，你也許合格直接從Medicare和Medicaid服務中心 (CMS)，或通過州府服務計劃獲得財務援助。以下是一些相關援助選項：

- **Medicare Savings Programs (MSPs): 聯邦醫療保險儲蓄計劃 (MSPs)** 這些由各州州府管理的計劃可以支付你全部或部分的Original Medicare A和B部份(原始聯邦醫療保險)的自付費用，包括保費。（各州可自行決定是否提供有關聯邦醫療保險優勢計劃保費的援助。）有關四種類型的Medicare儲蓄計劃及其收入限額和其他資格規定的詳情，請瀏覽 HealthMarkets.com 的網頁“如何有資格獲得聯邦醫保的保費資助”(https://www.healthmarkets.com/resources/medicare/help-with-medicare-premiums/), 以及 MedicareResources.org 的網頁“如果我無法負擔醫療保險費用，何處尋找資助？”(https://www.medicareresources.org/faqs/is-there-help-for-me-if-i-cant-afford-medicares-premiums/) 和 Medicare.gov (https://www.medicare.gov/your-medicare-costs/get-help-paying-costs/medicare-savings-programs)。
- **D部份低收入補貼計劃 (LIS)（又稱為額外資助）：**額外資助計劃幫助解決與Medicare聯邦醫療保險處方藥計劃有關的費用，包括保險費，自付額和共付額。請查閱Medicare網頁“瞭解你的醫療保險處方藥計劃的額外資助”，可得到更多詳情 https://www.ssa.gov/pubs/EN-05-10508.pdf。
- **州立，藥品和非營利性處方藥援助計劃：**有許多計劃可以幫助低收入家庭降低處方藥費用，其中包括：RxHope (https://www.rxhope.com/); RxAssist (https://www.rxassist.org/); NeedyMeds (https://www.needymeds.org/); 以及處方藥協助會 Partnership for Prescription Assistance (https://medicineassistancetool.org)。

善用健保福利

Medicare聯邦醫療保險僅支付由Medicare認證的醫生、醫院以及其他被授權的醫療機構所提供的服務。如果醫療服務提供者能通過州政府機構的檢查，則將獲得Medicare的“認證”。你可以去任何由Medicare認證的醫生、醫療服務供應者，醫院或接受新Medicare病患的其他機構。如果你加入了Advantage（聯邦醫療保險優勢計劃），你可能僅限於使用HMO或PPO網絡內的醫療服務提供者。也許，你可以選擇從非網絡醫療服務提供者處獲得服務，但這很可能使你花費更多。

如果你擁有Original Medicare（原始聯邦醫療保險），並且需要找到接受Medicare付款的醫生，請至Medicare和Medicaid Services中心的網上使用其醫師比較搜索工具 (https://www.medicare.gov/physiciancompare/)。你可以按照醫療保健專業名稱、醫療機構執業名稱、醫療專業、醫療服務狀況和其他標準進行網上搜尋。該網上工具將顯示你所指定的地區的結果以及其他相關細節。

如果你有Advantage Plan（聯邦醫療保險優勢計劃），請與該計劃行政人員（客戶服務）聯繫，以了解你的醫療保健服務提供者的各種選項和限制規定。

保障你的聯邦醫保帳戶安全

你個人的Medicare（聯邦醫療保險）各項福利，以及與你的帳戶相關聯的個人資料對詐騙者和身份盜用者而言是非常有價值的。全國聯邦醫療保險和社會安全福利的受益人時常會接到詐騙者的電話，這些騙子聲稱自己來自聯邦醫療保險、社會安全局或是某家保險公司，他並且希望你能透露自己的帳號或其他敏感資料給他。請依照以下各項提示來保護自己：

- 僅將你的Medicare卡/號碼或其他個人資料提供給你主動與之聯繫的醫生、醫療保健服務提供者、保險公司，以及可以信賴的Medicare工作人員。如果有人打電話給你並要求你提供個人的Medicare帳號或其他個人資料，請立即掛斷電話，並致電800-MEDICARE（800-633-4227 / TTY877-486-2048）去查證通話真偽。（Medicare僅會在你致電給他們並留言後，或是由Medicare工作人員告知你有健保機構的人會給你回電的情況下，才會打電話給你詢問你的個人資料。）
- 如果你無法確定那些要求你提供Medicare帳

號、社安卡號或其他敏感數據的電話、電郵或信件是否屬實，請用你所知道的Medicare、醫療保健服務提供者，或保險公司的正確電話號碼或電郵地址（例如，印在你的帳單明細上的）直接與他們聯繫——而不要用冒名來電者/郵件發送者給你的聯繫方式。

- 請仔細複查個人的Medicare摘要通知（MSN）是否有錯誤或詐欺現象。應記錄個人的醫療約見日期，並保存醫療服務提供者的收據和帳單，以便與你的Medicare開銷明細做比較。也可以設定MyMedicare.gov 網上帳戶（https://www.mymedicare.gov/helppages/gettingstarted/register/），以便每天24小時查看個人的理賠記錄並檢查帳戶活動。或致電800-MEDICARE，以獲取關於在過去12個月中已經理賠的 Original Medicare（原始聯邦醫療保險）的自動通訊。
- 應複查醫療保健服務提供者的各項帳目明細，以確保你和Medicare都不會為沒有提供的服務或項目付費。
- 對於那些聲稱要為你提供免費醫療設備、化驗或服務等，用來換取你個人Medicare 帳號的事件應提高警覺。通常這些詐騙案所提供的都是些劣質或無用產品，往往事後卻以你的名義向健保機構申報理賠。

如果你懷疑自己遭受和Medicare聯邦醫保有關的欺詐，請聯繫800-MEDICARE提出舉報，或致電衛生與公共服務部總督查長辦公室詐騙案熱線800-HHS-TIPS（800-447-8477 / TTY800-377-4950），或請至其網站 forms.oig.hhs.gov 在網上提交報告。

你也可在Medicare聯邦醫保網頁的“保護您自己和醫療保險以免受欺詐”一文中得到更多相關訊息（https://www.medicare.gov/Pubs/pdf/10111-Protecting-Yourself-and-Medicare.pdf）.

如果你懷疑身份被人盜用，或者覺得自己將個人資料給錯了人，請至聯邦政府官網 IdentityTheft.gov（https://www.identitytheft.gov/）瞭解詳情。

如何投訴

如果你對Medicare計劃、Medicare健康或處方藥計劃有任何投訴，你可以將其提交到聯邦醫療保險和醫療輔助服務中心Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS) (https://www.medicare.gov/MedicareComplaintForm/home.aspx)。如果是緊急情況，請致電800-MEDICARE（800-633-4227 / TTY877-486-2048）。有關提交不同類型投訴的其他詳情，請至 https://www.medicare.gov/claims-appeals/file-a-complaint-grievance/filing-complaints-about-your-health-or-drug-plan。也可經由電話、郵件，傳真或上網投訴 (https://www.cms.gov/About-CMS/Components/CPI/CPIReportingFraud.html).

協助資源

- **Medicare.gov** (https://www.medicare.gov/) 屬於一站式全面服務，提供有關健保計劃各方面的詳細資訊。無法使用網絡服務的人可以致電，一周七天，每天24小時的求助熱線：800-MEDICARE（800-633-4227 / TTY877-486-2048）。
- **“Medicare & You聯邦醫保和你”** (https://www.medicare.gov/pubs/pdf/10050-Medicare-and-You.pdf) 這是聯邦健保受益人每年都會收到的綜合計劃指南——甚至在你註冊加入健保之前，它已可幫助你了解有關Medicare的各項福利了。
- **The State Health Insurance Assistance Programs (SHIP)（州立健康保險援助計劃）** (https://www.shiptacenter.org) 為每個州的Medicare受益人提供諮詢和幫助。如需查詢服務，請至國立SHIP網站（https://www.shiptacenter.org/about-medicare），然後點擊右上角的“ Find Local Medicare Help”，或致電877-839-2675 。
- **MedicareResources.org** (https://www.medicareresources.org)，提供有關Medicare的全面最新訊息，包括各項州立的特定資源。雖然就技術層面而論是一家營利性公司（它通過連接消費者和保險公司來營利），但它提供的資訊是免費的。

■ **BoomerBenefits.com** (https://boomerbenefits.com/) 是另一個提供A到Z涵蓋全面的Medicare醫療保險網站。它通過銷售Medicare計劃（Advantage，Medigap等等）來營利，但是它所提供之易於理解的有關健保計劃選項的資訊是免費的。

■ **Money Talks News 金錢訪談新聞** (https://www.moneytalksnews.com/) 提供廣泛的關於消費者和個人理財主題的公正資訊。可在搜索欄中輸入“Medicare”，就會顯示關於Medicare各方面的數十篇文章。

■ **消費者行動的社區健保教材：**(https://www.consumer-action.org/modules/module_health_insurance) 專門提供有關個人和僱主贊助的健康保險主題的免費教育材料，同時也提供和健康保險主題相關的詳細問答資訊。

關於消費者行動

www.consumer-action.org

消費者行動通過多語消費教育資料、社區外展服務和焦點問題代言，維護全國弱勢社群消費者在市場經濟中的權益，並協助他們提升經濟能力。

消費者行動諮詢和轉介熱線： 消費者可至我們的網站提繳投訴 https://complaints.consumer-action.org/forms/english-form 或致電415-777-9635（我們用中文、英文和西班牙文免費提供諮詢服務）。

關於這本指南

本指南由消費者行動的保險教育項目製作出版。

© Consumer Action 2019