



## 2018년도 의료보험 공개등록 기간과 연례 갱신

바네사 풍 과치, 회원가입 부장



커버드캘리포니아의 2018년도 공개등록 기간은 2017년 11월 1일부터 2018년 1월 31일입니다.

커버드캘리포니아의 2018년도 연례 갱신 기간은 2017년 10월 11일부터 2017년 12월 15일입니다.

The Affordable Care Act (오바마케어)는 대부분의 사람들에게 공영보험이나 민영보험의 소유를 법적으로 요구하며, 이를 어길시 "Individual Shared Responsibility Payments"라는 벌금을 매깁니다. 커버드캘리포니아는 캘리포니아 주 내에서 개인과 중소기업이 연방정부 보조를 받아 의료보험을 구매할 수 있는 시장입니다.

**공개등록 기간:** 커버드캘리포니아의 올해 공개등록 기간은 2017년 11월 1일부터 2018년 1월 31일까지입니다. 2018년 1월 1일부터 보험 혜택을 받기 원하시는 분은 2017년 12월 15일까지 등록을 하셔야 합니다.

**갱신:** 갱신 안내서는 9월부터 10월사이 소비자들에게 발송됩니다. 따로 갱신을 하지 않았지만 자격요건이 유지된 분들은, 2017년 11월 11일과 2017년 12월 15일 사이에 커버드캘리포니아 측에서 자동으로 현재 소유한 보험에 재등록 시켜드립니다. 현재 등록되어 있는 보험플랜이 더 이상 제공되지 않는 경우에는 새로운 보험플랜을 고르셔야 합니다. 새로운 보험으로 2017년 12월 15일 전까지 등록하지 않을 시에는 커버드캘리포니아 측에서 현 보험과 가장 비슷한 새로운 보험플랜으로 등록 시켜드립니다. 커버드캘리포니아는 자동재등록시, 다른 회사

에서 제공하는 비슷한 보험플랜에 재등록 시키는데, 이를 "수동적 갱신"이라 부릅니다.

갱신기간은 커버드캘리포니아에 등록되어 있는 개인정보를 업데이트하기 좋은 기간입니다. 정보를 업데이트 함으로써 새로운 보험플랜을 구매하실 수 있으며, 정부에서 지원하는 지원금의 액수 또한 달라질 수 있습니다. 커버드캘리포니아 측은 2018년도 보험시장 내, 보험플랜 구매지수가 약 12.5% 증가했다고 보도하였습니다. 특히 지난 3년간 저가의 Silver와 Bronze 플랜 구매에서 가장 많은 증가율을 보였습니다. 작년 공개등록 기간부터 사용된 Shop & Compare Tool (구매 및 비교 프로그램)은 모든 소득층의 각 소비자의 환경에 가장 적합한 가격의 보험플랜을 찾는 데 큰 도움이 되고 있습니다.

아시안 병원의 직원들은 귀하에게 가장 알맞은 보험플랜을 구매하기 위한 지원을 제공하고 있습니다. 저희 사무실은 월요일-금요일 오전 9시부터 오후 5시까지 운영하며, 토요일은 오전 9시부터 오후 1시까지 운영합니다. 늦기전에 (510) 986-6880으로 연락해 저희 직원과 방문예약을 잡으시길 바랍니다.

## 최고 경영자 메세지

친애하는 환자와 지인 여러분,



아시안 병원은 저희의 환자분들과 지역사회를 위해 헌신하며 늘 자부심을 느낍니다. 아시안 병원은 모든 분들이 의료보험에 가입할 수 있도록 노력해왔으며, 이민자들을 향한 위협에도 불구하고 편견없는 서비스 제공과 권리옹호라는 목표에 변함없이 헌신할 것을 약속드립니다.

얼마 전 열린 아시안 병원의 기금모음 행사의 테마는 "내 안의 이민자 기념하기"로, 다세대 가족들부터 최근의 이민자와 난민들 모두와 함께 이 사회에 기여한 우리 이민자들에게 존경을 표하는 시간을 가졌습니다. 이 행사는 전례가 없는 900명이라는 지지자분들이 참여해 주셨고, 새로운 클리닉 설립을 위한 수천 불의 기금을 마련할 수 있었습니다. 올해 5월에는 약 500명의 환자분들께서 저희 병원 총 집회에 참여해 의료보험을 비롯하여 이민자 신분에 영향 받지않고 사회복지 혜택을 받을 수 있는 방법에 대해서 의논할 수 있었습니다. 저희 아시안 병원은 늘 환자분들의 권리와 안전을 보호할 것입니다.

10월에는 11가와 잭슨가 교차로에 새로운 치과병동이 오픈할 것입니다. 처음 6개월은 밀린 대기자 명단의 환자분들에게 집중이 될 것입니다. 저희 병원의 행정부는 101 8가에 위치한,레이크 메리트 바트 역 맞은편 바트 건물 1층으로 거처를 옮겼습니다. 이 건물 주변의 새로운 바트 플라자와 메디슨 공원을 포함한 모든 구역은 저희 병원의 지역사회 발전 및 웰빙 개혁 캠페인의 일부가 될 것입니다.

가장 최근 연방정부가 시행한 보건시설 평가심사에서 아시안 병원은 서비스 품질, 경영, 재무, 그리고 성취도 등 모든 분야에서 100%의 최고점을 받았습니다. 여러분들이 받아야 마땅한 수준의 의료서비스입니다.

감사합니다,

세리 히로타

아시안 병원 최고 경영자



## 정신건강에 관한 이해

카오 세차오, LCSW, 심리건강부서 총담당자

정신질환이란 갖가지 정신상태의 변화로 인해 개인의 생각 및 행동에 여러 강도의 장애를 일으키는 질환을 뜻합니다. 나타날 수 있는 증상은 기분 변화, 성격이나 습관의 변화, 사회적 고립이나 일상생활 기능감소 등을 포함합니다. 정신질환의 예로는 우울증, 불안장애, 조현병, 중독, 거식증 등이 있습니다.

대부분의 사람들이 정신질환은 드문 질환이며 자신은 이에 해당되지 않는다고 믿지만, 현실은 다릅니다. 우리 사회 내 정신질환은 흔한 현상이며, 미국 내에서만 한 해 약 4천 3백 8십만명이 겪는 질환입니다. 이는 성인 5명 중 1명이 정신질환을 겪는다는 뜻입니다.

정신질환을 겪는 환자들은 증상에서 오는 신체적, 정신적 압박으로 인하여 극복이 힘들고 남들의 시선과 비난이 두려워질 수도 있습니다.

하지만 모든 분들이 제대로 된 치료를 통해 건강을 회복하여 온전하고 풍요로운 삶을 살 수 있습니다. 본인이나 주변 사람이 정신적, 또는 감정적 문제가 있다고 생각되는 분께서는 주치의나 전문의에게 상담해 보십시오.

도움될 만한 팁:

- 가족, 친구, 동아리 멤버나 종교단체 등, 자신이 의지할 수 있는 지원군들과의 친분을 유지하십시오. 온라인 커뮤니티 가입도 고려해보십시오.
- 건강한 식단과 운동 및 규칙적인 수면 등, 건강한 습관으로 짜인 생활방식을 도입하십시오.
- 본인이 필요한 것을 늘 염두에 두고, 자신의 한계를 현실적으로 인식하십시오.
- 약물이나 알코올을 피하십시오. 이는 쉬운 일이 아니므로, 본인만의 방법을 찾아보시는 것이 좋습니다. 기분전환을 위해 약물이나 술을 섭취하시는 습관은 본인에게 해롭습니다.
- 약물이나 알코올을 섭취하시는 분은 의료진이나 상담가에게 솔직히 말하십시오. 이는 귀하의 진료에 영향을 미칩니다.
- 긍정적인 삶을 지향하십시오. 주변을 긍정적인 메시지와 사람들로 채우십시오. 기분좋은 사고를 유지하는 데 도움이 될 것입니다.

온라인 정보 및 지원자료입니다:

National Alliance on Mental Health <https://www.nami.org/>  
(내셔널 정신건강 지원단체)

Alameda County Behavioral Health Services <http://www.acbhcs.org/> (알라메다 정신건강 서비스)



## 새로운 치과 클리닉 개원

홍 레, 치과병원장

아시아 병원은 기쁜 마음으로 새로운 치과 병동 헤리&제넷 와인버그 치과 클리닉의 개원을 여러분께 알립니다. 지난 한 해 동안 진행된 클리닉 확장작업을 기다려주신 아시아 병원 회원 모두에게



## 새로운 소아과 및 가정의학 클리닉 건설

줄리아 리아우, 프로그램 기획 및 개발부서장

아시아 병원은 얼마전 새로운 소아과 및 가정의학 클리닉 건설을 위하여 200만 달러 건축기금 모금 캠페인을 시작하였습니다. 이 새로운 클리닉은 16개의 진료실을 보유하며, 8,000 명의 환자를 수용할 수 있습니다. 이 클리닉은 질높은 의료서비스와 함께 여러 교육 프로그램과 사회복지 서비스를 제공할 것입니다. 또한 이 곳은 저희가 환자분들의 건강에 미치는 사회적 요인을 이해하고 해결할 수 있는 장소를 제공할 것입니다. 여러 아이들과 환자 가정의 가장 질높은 건강서비스를 받을 수 있도록 해줄 이 새로운 클리닉에 대한 여러분의 관심과 지원 부탁드립니다.



## 지속된 의료서비스를 위하여 예약을 꼭 지켜주십시오

주디 뉴웬, 환자관리 담당자

아시아 병원은 28,000명의 환자분 모두에게 제공하는 최고의 의료서비스를 지속하고자 노력합니다.

소중한 환자분들의 지속된 의료서비스를 보장하기 위해 2017년 5월, 아시아 병원은 진료예약에 거듭 불참하시는 환자분들을 대상으로 새로운 제도를 도입하였습니다. 2017년 1월부터 2017년 6월까지, 환자분들이 예약시간을 놓치거나 24시간 전 예약 변경이나 취소를 하지 않아 낭비된 방문예약은 6,420건에 달하였습니다.

금후, 병원방문 예약에 불참하실 때마다 환자분에게 이를 알리는 편지가 배송될 것입니다. 이 편지에는 불참하신 예약날짜와 시간이 적혀있으며, 아시아 병원의 예약취소 및 변경, 지각 제도가 설명되어 있습니다.

제도 변경에 의하여, 12개월간 3번 이상 예약에 불참하신 환자분께서는 추후 아시아 병원 내 의료진과 각종 서비스 사용을 위한 방문 예약이 불가능 할 수도 있습니다.

아래는 환자분들께서 예약을 더 잘 지킬 수 있는 팁입니다:

1. 보이는 곳에 예약날짜와 시간 적어놓기
2. 아시아 병원에서 보내드리는 예약 상기 문자 및 연락을 받기위해 전화번호와 주소 업데이트하기
3. 예약변경 및 취소를 위해서는 최소한 24시간 전에 연락하기
4. 예약 시간 15-30분 전에 병원 도착하기

저희 병원은 환자분 모두가 신속히 필요한 의료서비스를 받을 수 있기를 지향합니다. 의료서비스도 파트너쉽인만큼, 여러분의 건강을 위하여 병원예약을 꼭 지켜주시길 바랍니다.



## 독감시즌이 돌아왔습니다!

김벌리 우, AMC 클리닉 간호부 담당자



인플루엔자 (“독감”) 바이러스는 주로 늦가을부터 초봄까지 감염되기 쉽습니다. 감염으로 인해 심각한 건강문제와 사망으로까지 이어질 위험성이 가장 높은 인구는 어린이, 임산부, 노인, 그리고 만성질환을 앓고 계신 분들입니다.

바이러스 감염에 대처하는 방법은 무엇이 있을까요?

- 인플루엔자 예방접종을 받으십시오. 6개월 이상의 모든 분은 예방접종 주사를 맞아야 합니다. 다음 병원 방문시, 주치의에게 예방접종에 대해 문의하십시오. 주변 약국에서도 찾으실 수 있으며, 여러 공중보건 간호사들이 지역 초등학교를 방문하여 아이들에게 예방접종 주사를 놓기도 합니다. 이미 예방접종을 하신 분은 꼭 의사에게 말씀해 주시기 바랍니다.
- 공공장소에 있었을 때는 물론 평소에 비누와 미온수로 손을 자주 씻으십시오.
- 여러분과 주변인들을 아프게하는 병균의 감염을 막으세요!
- 재채기나 기침을 하실 때는 입과 코를 막아주세요.
- 재채기나 기침을 하실 때 손으로 막지 마시고 옷 소매를 사용하세요.