

**平价医疗法案 (Affordable Care Act, ACA)** 对我们的健康护理体系和保险运作方式产生了巨大影响。它旨在使健康保险的承保更加公平、实惠且易于理解。ACA 还扩大了 Medicaid 的资格范围, 以覆盖更多的低收入人群, 并建立了健康保险市场。

**健康保险市场 (Health Insurance Marketplace)** 是人们购买、比较和参保私人或公共健康保险的一种方式。如果您符合资格, 则可以提供经济援助以帮助降低保险费用。该网站主要面向:

- + 未通过工作或 Medicare 享有保险的人士
- + 18-65 岁的纽约人
- + 员工人数少于或等于 100 人的纽约小型企业

请访问 [nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov) 了解更多信息。

### 什么是商业或私人保险?

商业保险由私人保险公司管理, 通常通过您的工作提供。这意味着您的雇主分摊了保险购买费用的一部分。如果您的雇主不提供保险计划, 则个人可以使用健康保险市场购买商业保险。

### 什么是公共保险?

公共健康保险包括政府支持的计划, 例如 Medicaid 和 Medicare。Medicaid 帮助符合资格的中低收入人群支付健康保险费用。如果您已怀孕且未滿 18 岁, 则无论移民身份和收入如何, 均可申请 Medicaid。请访问 [www.health.ny.gov/health\\_care/medicaid/](http://www.health.ny.gov/health_care/medicaid/) 了解更多信息。

### 什么是管理式护理计划?

管理式护理计划是与健康护理提供者和/或医疗机构签订合同以较低的费用提供护理的医疗保险计划。管理式护理计划有不同类型, 例如: HMO、PPO、POS 和 EPO (请参阅词汇表)。

### 什么是学生健康计划?

学生通常被要求拥有健康保险, 而大学可能会为学生提供称为学生健康计划 (SHP) 的健康保险。学生可能需要参保 SHP 或证明他们拥有其他至少与之相当的保险 (“同等保险”)。请记住, 如果您患有慢性病或定期服药, SHP 的承保可能并不足够。

### 我如何获得我父母的健康保险?

如果您的父母通过其工作获得了健康保险, 则您通常可以继续使用他们的计划, 直至年满 26 岁, 在某些情况下甚至是 29 岁, 但这因保险的不同而有所不同。遗憾的是, 您可以被允许使用家庭 Medicaid 计划的年龄上限是 19 岁。如果您希望寻求保密的性保健和生殖保健服务, 则您可能会有兴趣申请计划生育福利计划 (Family Planning Benefits Program, FPBP), 以确保这些服务与您父母的保险分开收费。请参阅资源页面以了解更多信息。

### 选择健康计划时我应考虑什么?

- + **成本:**
  - 每月保费: 您每月为保险计划支付的费用
  - 扣除额: 保险支付费用之前您须自付的护理费用
  - 共同保险金和共付额: 您针对诊室就诊 (初级护理和专科)、处方等的自付费用
- + **已承保服务:** 考虑是否承保精神健康、牙科和处方
- + **计划排除条款:** 您的计划未承保哪些服务
- + 您认为自己一年中可能需要看几次医生 (考虑您是否患有可能需要定期就医的慢性病)
- + 您多久需要一次药物治疗
- + 您的医生和专科医生的承保范围: 网络内与网络外 (请参阅词汇表)
- + 您的雇主是否提供灵活的支出帐户或健康储蓄帐户, 以帮助降低未来的任何费用

### 残障如何影响健康保险?

如果您有残障并因此无法工作, 即使您已年满 26 岁, 也可以继续使用您父母的私人健康保险。您可能需要提交额外的文件才能完成此流程。请与您的保险联系以了解更多信息。

如果您有残障并且享受您父母的 Medicaid 保险计划的承保, 则您必须在年满 19 岁时改换自己的 Medicaid 保险计划。为了让您的父母与您的保险计划进行沟通, 您必须签署一份授权协议书。

# 面向年轻人的健康保险指南

NYC  
HEALTH+  
HOSPITALS



活出您最健康精彩的人生。  
NYC HEALTH+ HOSPITALS

NYC YOUNG MEN'S INITIATIVE



用您的智能手机扫描此二维码以在线访问本手册!



保持联系。关注我们。

[www.nychealthandhospitals.org](http://www.nychealthandhospitals.org)

## 什么是健康保险？

健康保险是支付您的健康护理费用的一种方式。如果您受伤或患病，它保护您免于支付医疗服务的全额费用。每个健康保险计划都各有不同，并承保不同的医疗费用。

## 健康保险为何如此重要？

原因有很多：

- + **它保护您**免于全额支付意外的高额医疗费用。
- + **它使您可以为**您的保险计划所承保的某些健康护理服务支付**较低**的费用。
- + **它使您能够享受免费护理**，以预防某些疾病，如疫苗、检查和筛查等护理服务。

**注：**请与您的保险提供商核实，以查看您的计划承保哪些服务。有些服务可能会得到完全承保，而其他服务可能会得到部分承保或完全不受承保。

## 我可以在哪里获得健康保险？

- + 您的工作/雇主
- + 您的学院/大学 (学生健康计划)
- + 健康保险市场
  - 商业健康保险
  - Medicaid
- + 您父母/监护人的健康保险

## 如果我没有健康保险会怎么样？

- + 您将负责支付您的健康护理费用的一部分 (如果不是全部)。
- + 如果您没有最低基本承保或承保豁免，则在提交纳税申报表时可能需要付款。如需了解您是否需要付款或是否符合豁免资格，请访问：[www.irs.gov/affordable-care-act/individuals-and-families/aca-individual-shared-responsibility-provision-calculating-the-payment](http://www.irs.gov/affordable-care-act/individuals-and-families/aca-individual-shared-responsibility-provision-calculating-the-payment)

## 资源

### 计划生育福利计划 (FPBP)：

面向需要计划生育服务但可能无法承担其费用的纽约人的公共健康保险计划 [www.health.ny.gov/health\\_care/medicaid/program/longterm/familyplanbenprog.htm](http://www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/longterm/familyplanbenprog.htm)

### NYC Health + Hospitals：

New York City Health + Hospitals 保险资源中心 [www.nychealthandhospitals.org/paying-for-your-health-care/](http://www.nychealthandhospitals.org/paying-for-your-health-care/)

### Youth Health 网站：

面向青少年提供有关健康护理的更多资源的网站 [www.nycyouthhealth.org/html/index.shtml](http://www.nycyouthhealth.org/html/index.shtml)

### Medicaid 网站：

纽约 Medicaid 官方网站 [www.health.ny.gov/publications/0548/medicaid.htm](http://www.health.ny.gov/publications/0548/medicaid.htm)

### 税务处罚信息：

有关税务处罚和豁免的更多信息的网站 [www.healthcare.gov/fees/fee-for-not-being-covered/nystateofhealth.ny.gov/exemptions.html](http://www.healthcare.gov/fees/fee-for-not-being-covered/nystateofhealth.ny.gov/exemptions.html)

### Healthcare.gov：

提供大量基本信息，包括健康护理术语词汇表 [www.healthcare.gov/](http://www.healthcare.gov/) [www.healthcare.gov/glossary/](http://www.healthcare.gov/glossary/)

### “Age 29” 法律信息：

关于年满 26 岁后继续享受父母保险的信息 [www.dfs.ny.gov/consumers/health\\_insurance/cobra\\_and\\_premium\\_assistance](http://www.dfs.ny.gov/consumers/health_insurance/cobra_and_premium_assistance)

## 如果您没有保险且/或不确定如何获得保险，则以下资源可能会有所帮助：

### 纽约州健康保险市场：

州立健康保险市场，使纽约的个人、家庭和小型企业更容易购买实惠的健康保险。 [nystateofhealth.ny.gov/](http://nystateofhealth.ny.gov/)

**Health Care for All：**提供有关获取健康护理、法律支持、社区组织和公共教育的信息的公共组织。 [hcfany.org/](http://hcfany.org/)

## 词汇表

**排除条款：**健康计划不予承保的病症、治疗和其他服务。必须在提供给您的计划相关材料中清楚地阐明这些内容。

**保费：**您要成为健康计划会员须支付的金额，通常每月支付。

**健康储蓄帐户 (Health Savings Account, HSA)：**与弹性支出帐户类似，不同之处在于如果您到年末未使用这笔资金，则该笔款项将结转到下一年。

**健康维护组织 (Health Maintenance Organization, HMO)：**一种健康保险计划，通常将承保范围限制在为 HMO 工作或与 HMO 签约的医生所提供的服务。除急诊情况外，它通常不会承保网络外护理。HMO 可能会要求您在其服务区域内生活或工作才有资格获得承保。HMO 经常提供经协调的护理，并侧重于预防和保健。

**共付额：**您通常在就诊时为受承保健康护理服务支付的一笔固定费用。一般情况下，每月保费较低的计划其共付额较高，每月保费较高的计划其共付额通常较低。

**弹性支出帐户 (Flexible Spending Account, FSA)：**您通过您雇主建立的帐户，用于支付您的保险未承保的大多数医疗费用。您的雇主将自动从您的薪水中扣除一笔税前金额（数额各异）。但是，如果您在年底之前没有用完帐户中的所有资金，您将失去这些资金。

**慢性病：**预期会持续 3 个月以上的病症，通常需要持续的护理。

**扣除额：**在保险支付费用之前，您必须支付的健康护理费用金额。保险计划经常是基于年度扣除额。

**指定医疗服务机构 (Exclusive Provider Organization, EPO)：**管理式护理健康保险计划，仅在您使用计划网络内的医生、专科医生或医院时才为服务提供承保（急诊情况除外）。

**服务点 (Point of Service, POS)：**一种健康保险计划，如果您使用属于计划网络的医生、医院和其他健康护理提供者，则可以支付较少的费用。POS 计划要求您取得来自您初级护理医生的转介后才能向专科医生求诊。

**网络内医疗服务提供者：**与您的健康保险计划有合约的医生，因此您支付较少的自付费用即可向他们求诊。

**网络外医疗服务提供者：**与您的健康保险计划没有合约的医生，因此向他们求诊时，您可能需要支付更多费用或负责全额账单。



**自付费用最高金额/限额：**您需要在计划年度内为承保服务支付的最高费用。当您为网络内护理和服务所支付的扣除额、共付额和共同保险金达到这一金额之后，您的保险计划将支付 100% 的承保福利费用。

**计划生育福利计划 (Family Planning Benefits Program, FPBP)：**FPBP 面向需要计划生育服务但可能无法承担其费用的纽约人的公共健康保险计划。它还旨在增加获得保密的性健康和生殖健康服务的机会。请参阅资源页面了解更多信息。

**首选提供者组织 (Preferred Provider Organization, PPO)：**一种健康保险计划，如果您使用计划网络中的提供者，则可以支付较少的费用。您可以使用网络外的医生、医院和提供者，无需转介，但需要额外付费。

**共同保险金：**支付扣除额后，您还需要支付的健康护理服务金额。共同保险金通常以总费用的百分比来指定。例如，您可能会支付服务费用的 20%，而您的保险公司则可能会支付该费用的 80%。