

平價醫療法案 (Affordable Care Act, ACA) 對我們的健康護理體系和保險運作方式產生了巨大影響。它旨在使健康保險的承保更加公平、實惠且易於理解。ACA 還擴大了 Medicaid 的資格範圍，以覆蓋更多的低收入人群，並建立了健康保險市場。

健康保險市場 (Health Insurance Marketplace) 是人們購買、比較和參保私人或公共健康保險的一種方式。如果您符合資格，則可以提供經濟援助以幫助降低保險費用。該網站主要面對：

- + 未透過工作或 Medicare 享有保險的人士
- + 18-65 歲的紐約人
- + 員工人數少於或等於 100 人的紐約小型企業

請瀏覽 nystateofhealth.ny.gov 瞭解更多資訊。

什麼是商業或私人保險？

商業保險由私人保險公司管理，通常透過您的工作提供。這意味著您的僱主分攤了保險購買費用的一部分。如果您的僱主不提供保險計劃，則個人可以使用健康保險市場購買商業保險。

什麼是公共保險？

公共健康保險包括政府支援的計劃，例如 Medicaid 和 Medicare。Medicaid 幫助符合資格的中低收入人群支付健康保險費用。如果您已懷孕且未滿 18 歲，則無論移民身份和收入如何，均可申請 Medicaid。請瀏覽 www.health.ny.gov/health_care/medicaid/ 瞭解更多資訊。

什麼是管理式護理計劃？

管理式護理計劃是與健康護理提供者和/或醫療機構簽訂合約以較低的費用提供護理的醫療保險計劃。管理式護理計劃有不同類型，例如：HMO、PPO、POS 和 EPO (請參閱術語表)。

什麼是學生健康計劃？

學生通常被要求擁有健康保險，而大學可能會為學生提供稱為學生健康計劃 (SHP) 的健康保險。學生可能需要參保 SHP 或證明他們擁有其他至少與之相當的保險 (「同等保險」)。請記住，如果您患有慢性病或定期服藥，SHP 的承保可能並不足夠。

我如何獲得我父母的健康保險？

如果您的父母透過其工作獲得了健康保險，則您通常可以繼續使用他們的計劃，直至年滿 26 歲，在某些情況下甚至是 29 歲，但這因保險的不同而有所不同。遺憾的是，您可以被允許使用家庭 Medicaid 計劃的年齡上限是 19 歲。如果您希望尋求保密的性保健和生殖保健服務，則您可能會有興趣申請計劃生育福利計劃 (Family Planning Benefits Program, FPBP)，以確保這些服務與您父母的保險分開收費。請參閱資源頁面以瞭解更多資訊。

選擇健康計劃時我應考慮什麼？

- + **成本：**
 - 每月保費：您每月為保險計劃支付的費用
 - 扣除額：保險支付費用之前您須自付的護理費用
 - 共同保險金和共付額：您面對診室就診 (初級護理和專科)、處方等的自付費用
- + **已承保服務：**考慮是否承保精神健康、牙科和處方
- + **計劃排除條款：**您的計劃未承保哪些服務
- + 您認為自己一年中可能需要看幾次醫生 (考慮您是否患有可能需要定期就醫的慢性病)
- + 您多久需要一次藥物治療
- + 您的醫生和專科醫生的承保範圍：網絡內與網絡外 (請參閱術語表)
- + 您的僱主是否提供靈活的支出帳戶或健康儲蓄帳戶，以幫助降低未來的任何費用

殘障如何影響健康保險？

如果您有殘障並因此無法工作，即使您已年滿 26 歲，也可以繼續使用您父母的私人健康保險。您可能需要提交額外的文件才能完成此流程。請與您的保險聯絡以瞭解更多資訊。

如果您有殘障並且享受您父母的 Medicaid 保險計劃的承保，則您必須在年滿 19 歲時改換自己的 Medicaid 保險計劃。為了讓您的父母與您的保險計劃進行溝通，您必須簽署一份授權協議書。

活出您最健康精彩的人生。**NYC HEALTH+ HOSPITALS**

NYC | **YOUNG MEN'S INITIATIVE**



用您的智慧手機掃描此二維碼以線上存取本手冊！



保持聯絡。關注我們。

www.nychealthandhospitals.org

面對年輕人的健康保險指南

NYC
HEALTH+
HOSPITALS



什麼是健康保險？

健康保險是支付您的健康護理費用的一種方式。如果您受傷或患病，它保護您免於支付醫療服務的全額費用。每個健康保險計劃都各有不同，並承保不同的醫療費用。

健康保險為何如此重要？

原因有很多：

- + 它保護您免於全額支付意外的高額醫療費用。
- + 它使您可以為您的保險計劃所承保的某些健康護理服務支付較低的費用。
- + 它使您能夠享受免費護理，以預防某些疾病，如疫苗、檢查和篩檢等護理服務。

注：請與您的保險供應商檢核，以檢視您的計劃承保哪些服務。有些服務可能會得到完全承保，而其他服務可能會得到部分承保或完全不受承保。

我可以在哪裡獲得健康保險？

- + 您的工作/僱主
- + 您的學院/大學 (學生健康計劃)
- + 健康保險市場
 - 商業健康保險
 - Medicaid
- + 您父母/監護人的健康保險

如果我沒有健康保險會怎麼樣？

- + 您將負責支付您的健康護理費用的一部分 (如果不是全部)。
- + 如果您沒有最低基本承保或承保豁免，則在提交納稅申報表時可能需要付款。如需瞭解您是否需要付款或是否符合豁免資格，請瀏覽：www.irs.gov/affordable-care-act/individuals-and-families/aca-individual-shared-responsibility-provision-calculating-the-payment

資源

計劃生育福利計劃 (FPBP)：

面對需要計劃生育服務但可能無法承擔其費用的紐約人的公共健康保險計劃 www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/longterm/familyplanbenprog.htm

NYC Health + Hospitals：

New York City Health + Hospitals 保險資源中心
www.nychealthandhospitals.org/paying-for-your-health-care/

Youth Health網站：

面對青少年提供有關健康護理的更多資源的網站
www.nycyouthhealth.org/html/index.shtml

Medicaid 網站：

紐約 Medicaid 官方網站
www.health.ny.gov/publications/0548/medicaid.htm

稅務處罰資訊：

有關稅務處罰和豁免的更多資訊的網站
www.healthcare.gov/fees/fee-for-not-being-covered/nystateofhealth.ny.gov/exemptions.html

Healthcare.gov：

提供大量基本資訊，包括健康護理術語術語表 [www.healthcare.gov/](http://www.healthcare.gov/www.healthcare.gov/glossary/)
www.healthcare.gov/glossary/

「Age 29」法律資訊：

關於年滿 26 歲後繼續享受父母保險的資訊 www.dfs.ny.gov/consumers/health_insurance/cobra_and_premium_assistance

如果您沒有保險且/或不確定如何獲得保險，則以下資源可能會有所幫助：

紐約州健康保險市場：

州立健康保險市場，使紐約的個人、家庭和小型企業更容易購買實惠的健康保險。
nystateofhealth.ny.gov/

Health Care for All：提供有關獲得健康護理、法律支援、社區組織和公共教育的資訊的公共組織。hcfany.org/

術語表

排除條款：健康計劃不予承保的病症、治療和其他服務。必須在提供給您的計劃相關材料中清楚地說明這些內容。

保費：您要成為健康計劃會員須支付的金額，通常每月支付。

健康儲蓄帳戶 (Health Savings Account, HSA)：與彈性支出帳戶類似，不同之處在於如果您到年末未使用這筆資金，則該筆款項將結轉到下一年。

健康維護組織 (Health Maintenance Organization, HMO)：一種健康保險計劃，通常將承保範圍限制在為 HMO 工作或與 HMO 簽約的醫生所提供的服務。除急診情況外，它通常不會承保網絡外護理。HMO 可能會要求您在其服務區域內生活或工作才有資格獲得承保。HMO 經常提供經協調的護理，並側重於預防和保健。

共付額：您通常在就診時為受承保健康護理服務支付的一筆固定費用。一般情況下，每月保費較低的計劃其共付額較高，每月保費較高的計劃其共付額通常較低。

彈性支出帳戶 (Flexible Spending Account, FSA)：您透過您僱主建立的帳戶，用於支付您的保險未承保的大多數醫療費用。您的僱主將自動從您的薪水中扣除一筆稅前金額（數額各異）。但是，如果您在年底之前沒有用完帳戶中的所有資金，您將失去這些資金。

慢性病：預期會持續 3 個月以上的病症，通常需要持續的護理。

扣除額：在保險支付費用之前，您必須支付的健康護理費用金額。通常，保險計劃經常是基於年度扣除額。

指定醫療服務機構 (Exclusive Provider Organization, EPO)：管理式護理健康保險計劃，僅在您使用計劃網絡內的醫生、專科醫生或醫院時才為服務提供承保（急診情況除外）。

服務點 (Point of Service, POS)：一種健康保險計劃，如果您使用屬於計劃網絡的醫生、醫院和其他健康護理提供者，則可以支付較少的費用。POS 計劃要求您取得來自您初級護理醫生的轉介後才能向專科醫生求診。

網絡內醫療服務提供者：與您的健康保險計劃有合約的醫生，因此您支付較少的自付費用即可向他們求診。



網絡外醫療服務提供者：與您的健康保險計劃沒有合約的醫生，因此向他們求診時，您可能需要支付更多費用或負責全額帳單。

自付費用最高金額/限額：您需要在計劃年度內為承保服務支付的最高費用。當您為網絡內護理和服務所支付的扣除額、共付額和共同保險金達到這一金額之後，您的保險計劃將支付 100% 的承保福利費用。

計劃生育福利計劃 (Family Planning Benefits Program, FPBP)：FPBP 面對需要計劃生育服務但可能無法承擔其費用的紐約人的公共健康保險計劃。它還旨在增加獲得保密的性健康和生殖健康服務的機會。請參閱資源頁面瞭解更多資訊。

首選提供者組織 (Preferred Provider Organization, PPO)：一種健康保險計劃，如果您使用計劃網絡中的提供者，則可以支付較少的費用。您可以使用網絡外的醫生、醫院和提供者，無需轉介，但需要額外付費。

共同保險金：支付扣除額後，您還需要支付的健康護理服務金額。共同保險金通常以總費用的百分比來指定。例如，您可能會支付的服務費用的 20%，而您的保險公司則可能會支付該費用的 80%。