Health Net Life Insurance Company (Health Net)

health net

건강한 시작

PPO - 2022 간편 안내서

개인 및 가족 플랜

myhealthnetca.com

환영합니다!

귀하가 Health Net의 새로운 가족이 되거나, 이러한 유형의 건강 보장이 생소하거나 또는 플랜을 갱신하는지에 상관없이 귀하의 건강 보험이 제공하는 모든 것을 활용하길 원하실 것입니다.

귀하의 플랜에 대한 특정 플랜 정보에 대해서는 본 환영 패킷에 포함된 귀하의 보험 약관을 참조하십시오.

귀하의 건강 보장을 이용해 시작하기

1. **귀하의 네트워크에서 의사 및 시설 찾기**
2. **귀하의 온라인 가입자 계정 설정하기**
3. **귀하의 ID 카드 받기**
4. **관리를 받을 곳에 대해 알아보기**
5. **귀하의 처방전을 조제하기**
6. **귀하의 건강을 유지하기 위해 저희 웰니스 프로그램 이용하기**
7. **귀하의 월 보험료 납부하기**
8. **연락처를 알아 두기**

1 귀하의 네트워크에서 의사 및 시설 찾기

진료를 받아야 할 때, 귀하의 PPO 플랜은 ***PPO 개인 및 가족 플랜 네트워크****로부터 공급자를 이용합니다. 여기에는 의사, 전문의 및 병원이 포함됩니다.*

PPO와 함께, 귀하는 네트워크 외 공급자를 자유롭게 이용할 수 있습니다. 그러나 보통 네트워크 내 공급자를 이용할 때 더 낮은 본인 부담금을 지불합니다.

공급자를 찾으시려면 www.myhealthnetca.com을 방문해 *Find a doctor(의사 찾기)*를 클릭하십시오.

주치의라고도 알려진 귀하의 일차 의사

주치의(Primary Care Physician, PCP)는 귀하가 건강을 유지하는 데 도움을 주고 귀하가 아플 때 진료를 합니다. 전문의에게 진료를 받아야 하는 경우, 귀하의 주치의(PCP)가 안내를 위해 도움을 줄 수 있지만 전문의에게 진료를 받기 위해 귀하의 주치의(PCP)로부터 진료 의뢰를 받아야 할 필요는 없습니다.

주치의(PCP)를 귀하의 PPO 플랜에서 선택해야 할 필요는 없습니다. 그러나 주치의(PCP)는 귀하의 건강 보험에 많은 가치를 가져다줍니다.

PPO 개인 및 가족 플랜 네트워크에서 전문의를 선택해야 한다는 것을 잊지 마십시오.

2 귀하의 온라인 가입자 계정 설정하기

이 사이트는 귀하가 귀하의 Health Net 플랜을 이해하고 관리하는 데 도움을 주기 위해 마련되었습니다.

귀하의 계정을 설정하기 위해 **www.myhealthnetca.com**으로 가서 지침에 따라 계정을 등록/개설하십시오. 등록을 위해 귀하의 가입자 ID 번호 또는 사회보장 번호가 필요합니다. 귀하의 계정이 설정되고 귀하의 건강보장이 시작되면 귀하는 다음 사항들을 하실 수 있습니다.

- 임시 ID카드 인쇄 또는 새로운 카드 주문하기.
- 귀하의 청구서 지불하기.
- 귀하의 네트워크 내에서 의사, 긴급 진료 또는 병원 찾기.
- 건강보험 및 약국 혜택 검토하기.
- 체중 관리 또는 금연에 도움을 주는 프로그램 찾기.
- 그 외 다양한 혜택 이용하기.

3 귀하의 가입자 ID 카드 받기

모든 신규 가입자들은 우편으로 Health Net 가입자 ID 카드를 받게 됩니다.

귀하의 ID 카드에는 다음이 포함됩니다.

- **귀하의 가입자 ID 번호.**
- **귀하의 건강 보장 시작일.**
- **연락처 정보.**

귀하가 서비스를 받을 때 귀하의 공급자에게 이 카드를 제시하십시오. 귀하의 건강보험 보장 효력 발생일까지 ID 카드를 받지 못했고 서비스가 필요하신 경우 **고객 서비스 센터로 1-800-839-2172(TTY: 711)번으로 전화하십시오.**

4 관리를 받을 곳에 대해 알아보기

귀하의 플랜은 귀하에게 관리가 필요할 때, 필요한 관리를 받는 여러 가지 방법을 제공합니다.

의사 진료소에서

귀하의 일차 의사

정기 및 예방 진료를 위해 귀하의 일차 의사(귀하의 주치의(PCP)라고도 함)를 방문하십시오. 여기에는 연례 웰니스 검사, 질병, 예방 접종 및 일반적인 의료 관리가 포함됩니다.

귀하의 PPO 네트워크 내에서 의사를 찾으시려면 www.myhealthnetca.com을 방문해 *Find a Doctor(의사 찾기)*를 클릭하십시오.

기타 네트워크 내 공급자

귀하의 네트워크 내 기타 의사, 전문의 또는 공급자(긴급 진료 또는 병원과 마찬가지로)에게 진료를 받으십시오. 귀하의 일차 의사로부터 진료 의뢰를 받을 필요가 없습니다.

PPO 네트워크 내에서 공급자를 찾으시려면 myhealthnetca.com을 방문해 *Find a Doctor(의사 찾기)*를 클릭하십시오.

MHN 네트워크 공급자

다음과 같은 일반적인 건강 서비스를 받으십시오.

- 상담
- 심리치료
- 중독을 위한 치료
- 정신 의학 서비스

귀하의 일차 의사로부터 진료 의뢰를 받을 필요가 없습니다. 그리고 귀하는 전화 또는 동영상 채팅을 통해 귀하의 세션에 해당하는 서비스를 받을 수 있는지 확인하실 수 있습니다.

www.mhn.com/members.html에서 치료사 또는 정신과 의사를 찾거나 귀하의 Health Net ID 카드에 기재된 Mental Health Benefits 번호로 전화하십시오.

가정에서

원격 진료

귀하의 PPO 의사가 원격 진료 서비스를 제공하는지 알아보십시오. 귀하의 의사를 통한 원격 진료 서비스는 직접 제공되는 서비스와 마찬가지로 동일한 코페이먼트가 적용됩니다.

또한 원격 진료 의사 또는 치료사와의 전화 또는 온라인 영상 상담을 위해 Babylon 앱을 이용하십시오. 귀하의 일차 의사를 만날 수 없거나 진료소가 문을 닫은 경우 도움이 됩니다.[1]

Apple App Store 또는 Google Play에서 Babylon 앱을 다운로드하십시오. 가입자 코드: HNCOM

24/7 간호사 전화 상담

의료적 관리를 받아야 하는지 여부 또는 미미한 부상 및 열, 감기 등의 간단한 질병에 대한 자가 관리 등 가정에서의 질병 및 부상을 관리하는 방법에 대해 공인 간호사와 상담하십시오.[1]

전화: 800-893-5597(TTY: 711)

클리닉에서

예약 없이 클리닉 방문

일반적인 질병에 대한 진료가 필요한 경우 MinuteClinics (일부 CVS 약국 내) 등 예약 없이 클리닉을 방문하십시오.[1]

근처 클리닉을 찾으려면 www.cvs.com/minuteclinic을 방문하십시오.

긴급 치료 센터

비응급 질병 또는 부상에 대해 당일에 진료를 받으십시오.[1] 일부 긴급 진료 센터는 이제 **X-레이 및 실험실 검사**도 제공합니다.

귀하의 PPO 네트워크 내에서 긴급 진료 센터를 찾으시려면 myhealthnetca.com을 방문해 *Find a Doctor(의사 찾기)*를 클릭하십시오.

귀하는 **PPO 개인 및 가족 플랜** 네트워크에 속해 있습니다.

[1]응급 상황의 경우 가장 가까운 응급실로 가거나 911번으로 전화하십시오.

귀하의 비용 및 혜택 이해하기

귀하의 비용을 최대로 절감하기를 원하시는 경우, PPO 네트워크에 있는 의사 및 전문의를 선택하십시오. 귀하는 귀하의 네트워크에 포함되지 않은 공급자를 자유롭게 이용하실 수 있습니다. 그러나 그러한 공급자는 Health Net이 지불하는 것보다 더 많은 비용이 소요될 수 있습니다.

귀하는 네트워크 외 공급자 비용과 Health Net이 지불하는 비용 간의 차액을 지불해야 할 수도 있습니다. 이를 잔액 청구라고 합니다. 잔액 청구 금액은 귀하의 플랜에서 보장하지 않는 금액입니다.

이용 방법 예시 참조

Joe는 그의 네트워크에 없는 전문의에게 진료를 받습니다.

전문의 비용은 $1500 입니다. Health Net은 $700를 지불합니다. Joe는 잔액 $800에 대한 청구서를 받을 수 있습니다.

기타 알아두면 좋은 사항:

- 잔액 청구 금액은 귀하의 달력 연도 공제액 또는 귀하의 최대 본인 부담금에 적용되지 않습니다.
- 귀하는 귀하의 공제액, 코페이먼트, 공동 보험 및 귀하의 월 보험료 외에 이러한 비용을 지불합니다.
- 귀하는 병원 또는 응급실에서의 응급실 서비스에 대해 잔액 청구를 받지 않습니다.

귀하의 보장 검토

귀하의 환영 키트에서는 귀하의 보험 내 귀하의 비용 분담에 대한 자세한 내용을 포함하고 있습니다.

또한 혜택 및 보장 요약(Summary of Benefits and Coverage, SBC)을 온라인으로 찾아보실 수 있습니다.

1. **myhealthnetca.com**을 방문하십시오.
2. *Our Health Plans(저희 건강 플랜)*로 이동하십시오.
3. *Plan Materials(플랜 자료)*를 선택하십시오.

예상 비용 및 관리 선택 사항 비교

저희 비용 예측 도구는 귀하가 예상되는 비용을 비교하는 데 도움을 드립니다. 이러한 도구로 귀하는 예상 비용을 비교해 **최상의 비용을 찾으실 수 있습니다.** 병원 입원, 수술, X-레이 등에 대한 평균 비용을 예측해보십시오.

이러한 도구를 이용하기 위해:

1. **myhealthplan.com**에서 귀하의 가입자 계정에 로그인하십시오.
2. *Coverage(보장)*를 클릭하십시오
3. *Cost and Care Options (비용 및 진료 선택사항)*를 클릭하십시오
4. *Launch Cost Estimator (비용 추정 시작하기)*를 클릭하십시오

귀하의 의사가 귀하를 전문의에게 진료 의뢰를 하는 경우 해당 공급자가 귀하의 네트워크에 있는지 확인하십시오.

5 귀하의 처방전을 조제하기

귀하의 의사가 귀하에게 약품(의약품)을 처방할 때 몇 가지 귀하가 알아야 할 사항이 있습니다.

필수 처방약 목록 참조

Health Net의 필수 처방약 목록(또는 처방집)은 의료 공급자들의 팀과 함께 Health Net이 선택한 보장 의약품 목록입니다 이러한 의약품들은 양질의 치료 플랜에 중요한 일부라고 믿어지기 때문에 목록에 포함됩니다. 이 약품 목록은 정기적으로 업데이트되며 변경될 수 있습니다.

Essential Rx 약품 목록은 **myhealthnetca.com**에서 Pharmacy Information (약국 정보) 섹션 아래에서 찾아보실 수 있습니다. 귀하의 의사는 일부 약품을 처방하기 전에 Health Net에서 사전 승인을 받아야 한다는 점을 유의하십시오. 그런 다음 귀하의 건강 보험 네트워크인 Standard Pharmacy Network에 있는 약국을 이용하십시오.

귀하에게 적합한 제네릭 의약품에 대해 귀하의 의사에게 문의하십시오. 제네릭 의약품은 안전하고 효능이 있으며 일반적으로 유명 상표약보다 저렴합니다.

만성 의료 상태에 대해 약을 복용하고 계신 경우 귀하는 저희 우편 주문 약국 프로그램을 통해 귀하의 처방전을 조제하실 수 있습니다. 90일 분량을 이용하실 수 있습니다. 일부 의약품은 우편 주문 약국 프로그램을 통해 이용할 수 없습니다.

처방약에 대한 더 자세한 정보를 위해 본 환영 키트에 있는 약관을 참조하십시오.

네트워크 내에서 약국 이용하기

귀하의 처방전이 보장되기 위해 귀하는 **Health Net**의 **Standard Pharmacy Network**에 있는 약국을 찾아 이용해야 합니다.

귀하의 지역에 있는 약국을 찾기 위해:

1. **myhealthnetca.com**을 방문하십시오
2. ***Pharmacy Information(약국 정보)***을 선택하고 그런 다음 ***Find a Pharmacy(약국 찾기)***를 선택하십시오.
3. ***Standard Pharmacy Network(표준 약국 네트워크)****를 선택하십시오.*

6 귀하의 건강을 유지하기 위해 저희 웰니스 프로그램 이용하기

myStrength를 통해 감정 건강에 도움 받기

우울증, 불안 및 스트레스를 관리하는 데 도움을 주는 Health Net 프로그램인 myStrength를 통해 귀하의 몸과 마음을 관리하십시오.
www.mystrength.com/hnwell에서 더 자세한 내용을 알아보십시오.

건강한 습관을 위한 웰니스 코칭

전화상의 일대일 코칭 세션으로 건강 상태를 확인하고 유지하십시오. 금연 프로그램은 흡연자들이 습관을 버리도록 도와줍니다. 그리고 저희 건강 코치들이 체중 및 피트니스 목표를 달성하는 데 도움을 드릴 수 있습니다. 온라인으로 귀하의 변화를 직접 확인하십시오!
myhealthnetca.com에서 귀하의 계정에 로그인하고 *Coverage(보장)*를 클릭한 다음 *Wellness Center(웰니스 센터)*를 클릭하십시오.

Active&Fit Direct™ 프로그램

체육관에서든 가정에서든, 귀하가 활동성을 유지하도록 저희가 도와드리겠습니다. Active&Fit Direct™ 프로그램[3]을 통해 귀하는 다음을 이용하실 수 있습니다.

- 언제나 변경 가능한 수천 곳의 피트니스 센터 및 스튜디오
- 가정에서 또는 이동 중에 활동성을 유지할 수 있는 수천 개의 운동 비디오
- 피트니스, 영양, 스트레스 및 수면과 같은 분야에서의 일대일 라이프스타일 코칭
- 귀하의 배우자 또는 동거 파트너를 위해 멤버십을 구입할 수 있는 선택사항
- 그 외 다수

이 모든 것이 월 $25부터 시작합니다(등록비 $25 및 해당되는 세금 추가). 장기 계약이 아닙니다!
myhealthnetca.com에서 귀하의 계정에 로그인하고 *Coverage(보장)*를 클릭한 다음 *Wellness Center(웰니스 센터)*를 클릭하십시오.

Omada의 사전 당뇨병 예방(proactive diabetes prevention) 프로그램에 등록하십시오

Omada를 통해[2] 귀하는 체중을 감량하고 제2형 당뇨병 및 심장병에 걸릴 확률을 낮추기 위해 필요한 모든 도움을 받으실 수 있습니다.

Omadahealth.com/hncoveredca를 방문해 더 많은 정보를 알아보고 귀하에게 자격이 있는지 확인하십시오.

[2]귀하에게 Omada 가입 자격이 없는 경우, 추가 비용 없이 Health Net의 전화 Health Coaching 프로그램을 이용하실 수 있습니다. 이 행동 변화 프로그램은 귀하가 체중 관리, 운동, 건강한 식습관 등 집중할 분야를 선택할 수 있도록 합니다. 등록 또는 프로그램에 대해 더 알아보려면 800-893-5597번으로 전화해 Health Coaching 메뉴 옵션을 선택하십시오.

[3]18세 이상 가입자/배우자부터 참여하실 수 있습니다. 요금은 피트니스 센터 선택에 따라 다릅니다. 2개월의 필수 참여 기간이 있습니다. Active&Fit Direct 프로그램은 American Specialty Health Incorporated(ASH)의 자회사인 American Specialty Health Fitness, Inc.에서 제공합니다. Active&Fit Direct는 ASH의 등록상표이며 이 문서에서 허가 하에 사용됩니다. 모든 지역에서 모든 서비스가 이용 가능한 것은 아니며, 프로그램은 언제나 변경(등록 요금 및/또는 초기 기간 포함) 또는 중단될 수 있습니다.

7 귀하의 월 보험료 납부하기

귀하의 보험료(또는 "청구서")는 귀하의 건강 보장에 대해 매월 지불하는 금액입니다. 귀하의 보험료를 지불하는 방법에는 여러 가지가 있습니다. 건강 보장을 계속 받기 위해 매월 1일 전에 반드시 지불하십시오. ***보험료를 지불하기 위해 귀하에게 적절한 방법을 선택하십시오!***

귀하의 월별 청구서를 온라인으로 받으려면 종이 없는 청구를 신청하십시오.

온라인으로 지불

1. **매월 지불하십시오.** 귀하의 보험료 납부일 전에 매월 myhealthnetca.com에서 귀하의 가입자 계정에 로그인을 하고(3페이지 참조) 지침을 따르십시오. 간편하고 안전합니다!
2. 선불 직불카드, 은행 직불카드, 은행 계좌 또는 신용카드를 이용해 **자동 이체를 설정하십시오.**
3. **빠르게 지불하십시오. 로그인이 필요하지 않습니다.** myhealthnetca.com에서 *Pay My Bill(내 청구서 지불하기)*로 이동한 다음 *Pay your bill now (지금 귀하의 청구서 지불하기)*를 선택하십시오.

우편으로 지불

귀하의 청구서의 지불 쿠폰 위에 기재된 주소로 수표, 자기앞수표 또는 우편환을 발송하십시오. 수표, 자기앞수표 또는 우편환에 귀하의 보험 약관 번호(귀하의 청구서에 기재)를 적으십시오. 청구서에서 보험료 납부 쿠폰을 떼어내 귀하의 보험료와 함께 우편으로 보내십시오.

24/7 전화로 지불

800-539-4193번으로 저희에게 전화하셔서 자동 시스템을 이용해 보험료를 신속하게 지불하실 수 있습니다. 도움이 필요하신 경우 저희 고객 서비스 센터로도 전화하실 수 있습니다.

MoneyGram®을 통해 납부

1. **가까운 MoneyGram을 찾으시려면** MoneyGram.com을 방문하거나 800-926-9400번으로 전화하십시오.
2. **귀하는 다음이 필요합니다.**
   - 보험료를 납부할 현금. **Health Net에서 귀하의 MoneyGram 수수료를 지불합니다!**
   - 귀하의 Health Net 가입자 ID 번호.
   - 수신 코드: 16375
3. **파란색의 MoneyGram ExpressPayment® 용지를 작성하고 MoneyGram 전화 또는 키오스크를 이용해 귀하의 보험료 납부를 완료하십시오.**

귀하의 보험료 납부에 도움이 필요하신 경우 직원에게 말씀하십시오.

MoneyGram을 이용해 Health Net 청구서를 납부하는 것에 대한 더 자세한 사항은 www.moneygram.com/us/en/how-to-pay-bills를 참조하십시오. 귀하의 월 청구서를 종이 없이 온라인 청구서로 받기 위해 설정하십시오.

뉴욕 주 은행 부서(Banking Department of the State of New York)에서 송금 서비스(Money Transmitter)로 등록. MoneyGram 및 Globe는 MoneyGram의 상표임. 기타 모든 상표는 관련 소유자의 재산임. © 2019 MoneyGram.

8 연락처 알아두기

Health Net은 귀하의 Health Net 플랜에 대해 귀하가 질문이 있을 때 도움을 드리기 위해 항상 함께 합니다.

다음 사항을 해야할 때 Health Net 고객 문의 센터로 전화하십시오.

- 혜택 및 자격에 대해 질문하기.
- 자료 검색에 도움 받기.
- 청구서 및 보험료 납부에 대한 정보 찾기.
- 클레임 정보 받기.

전화: 800-839-2172(TTY: 711)

연방 공휴일을 제외하고 월요일부터 금요일, 오전 8시부터 오후 7시까지, 그리고 토요일에는 오전 8시부터 오후 5시까지 문의하실 수 있습니다.

건강을 위한
귀하의 여정이
시작되었습니다.

myhealthnetca.com

Health Net PPO 보험 플랜, 약관 양식 #P30601은 Health Net Life Insurance Company에서 승인됩니다. Health Net Life Insurance Company는 Health Net, LLC.의 자회사입니다. 모든 기타 확인된 상표/서비스 표시는 해당 회사의 소유입니다. 모든 사용 권한은 Health Net, LLC.에 있습니다.

BKT051424KO00 (1/22)