



메릴랜드 출산 전후
우울증 극복 캠페인

가족 정보

상담 전화:

산후 우울증 상담 전화:
1-800-PPD-MOMS (1-800-773-6667).
주 7일, 하루 24시간 상담원에게 도움을
요청하십시오.

웹사이트:

www.healthynewmoms.org: 임신중이나 출산 후
우울증에 관한 정보를 찾고, 온라인 무료 자료를
요청할 수 있습니다.
www.1800ppdmoms.org: 정보 및 지원팀 목록 제공,
전문의 추천
www.postpartum.net: 정보 제공, 부모를 위한 대화방
운영
www.nimh.nih.gov: 정신 장애 치료에 관한 최신 연구
자료 수록

지원팀:

Anne Arundel Medical Center

매달 첫번째 수요일
6:30 p.m. - 8:30 p.m.
매달 세번째 금요일
10:30 a.m. - 12:00 p.m.
연락처: ASKAAMC, 443-481-4000, 443-481-6130,
atiedke@aahs.org

Sinai Hospital

두번째 목요일
연락처: Lisa Kelly, 410-601-9057

Greater Baltimore Medical Center

첫번째 및 세번째 월요일
7:00 p.m. - 9:00 p.m.
연락처: 443-849-6262로 전화하여 Dee Dee Frank에게
메시지를 남겨 주시기 바랍니다.

International Cesarean Awareness Network

산후 우울증을 겪고 있는 산모 대상
연락처: Barbara Stratton, 410-483-3202

Depression Bipolar Support Alliance, Baltimore County

첫번째 및 세번째 월요일
6:30 pm. - 8:00 p.m.
Essex 도서관 접견실
연락처: Sabitri Lisa Morris, 410-391-0770,
Sabitrिमorr@aol.com

지원팀의 리더가 되십시오:

DRADA (우울증 및 관련 정서 장애 협회)에서 산후
우울증 지원팀을 포함한 모든 유형의 지원팀 및
운영 지원팀 리더를 위해 리더 교육 프로그램을
제공합니다.

Wendy Resnick에게 410-243-2334로 전화 하시거나
resnick19@comcast.net 로 메일을 보내 주십시오.

기관:

국제 산후 지원부 (Postpartum Support

International)는 산모, 가족, 친구들과 제공자에게
진단, 치료 및 사회적 지원에 대한 정보와 자료를
제공합니다. 이 사이트에는 주(State) 코디네이터와
지원팀 연락처 정보 그리고 기타 유용한 사이트가
안내되어 있습니다.

1-800-944-4PPD (4773), www.postpartum.net

안전출산부(SaferMaternity)는 산모와 그 가족들이
자신들의 경험과 지식을 나눌 수 있는 장소를
마련해 주고 자료 정보를 제공합니다.

301-299-0311, www.safermaternity.org



Healthy New Moms

메릴랜드 출산 전후
우울증 극복 캠페인

도움이 되는 정보: 가입한 보험의 보상 범위에 대한 이해

■ **개인 보험:** 개인이나 그룹을 위해 회사나 개인이 지불한 보험은 개인 보험으로 간주됩니다.

보험 혜택은 가입한 건강 플랜의 유형에 따라 다릅니다. 현재, 대부분의 메릴랜드 건강 플랜은 일부 정신 건강에 대한 보상도 제공합니다.

보험 증서에는 보상되는 의원 방문 횟수 및 입원 일수(요양 급여 일수)가 명시 되어 있어야 합니다.

약관을 읽거나 보험회사로 전화하여 확인해 보십시오.

정신적 치료를 받을 경우 환자가 전문의를 선택할 수 있는지 알아야 합니다. 일부 보험회사는 환자가 보험회사의 지정된 병원에서 치료 받기를 요구합니다. 지정되지 않은 병원에서 치료 받을 경우 보험 적용을 받을 수 없거나 치료비를 더 내야 하는 경우도 있습니다. 개인 보험사는 환자가 치료를 받기에 앞서 사전 허가를 받기를 요구합니다.

HMOs는 종종 초진 의사의 전문의 추천서를 요구합니다. 이것은 환자가 치료를 시작하기 전에 건강 플랜 제공자에게 연락을 취해야 한다는 것을 의미합니다. 만약 그렇게 하지 않으면 보험사는 보상금을 지급하지 않을 것입니다.

정신적 치료를 받기 전에 항상 건강 플랜 제공자에게 전화하십시오.

(의료 지원/Health Choice: Health Choice 프로그램은 Medicaid의 수혜 대상자들에게 신체적 의료 서비스를 제공합니다. 더 많은 정보를 원하시면 1-800-977-7388으로 전화 주십시오. 정신적 의료 서비스 관련 사항은 Public Mental Health System (1-800-888-1965)으로 문의 하시기 바랍니다.

■ **메릴랜드 아동건강 프로그램:** 메릴랜드 아동건강 프로그램은 연령에 상관없이 저소득층 임산부와 19세 이하 저소득층 아동의 신체적, 정신적인 문제에 대한 의료 서비스를 제공합니다. 또한 모든 18세 이하의 합법적 이민자들의 자녀와 1996년 8월 22일 이후로 미국에 입국한 Medicaid의 대상자인 임산부에게도 적용됩니다. 자세한 사항은 1-800-456-8900로 전화하시거나 관할 사회 사업부 혹은 관할 보건국에 가셔서 신청하시기 바랍니다.

■ **기본 성인 의료 프로그램 (Primary Adult Care Program):** Medicaid의 수혜 대상자가 아니라면 Primary Adult Care Program의 자격에 해당되는지 확인해보십시오. 이 프로그램은 19세 이상의 소득이 거의 없거나 무소득인 사람들에게 정신 건강을 포함한 의료 서비스를 제공하고 있습니다. 자세한 사항은 1-800-226-2142로 문의하시기 바랍니다.

메릴랜드 아동 건강 프로그램과 청소년 건강 프로그램의 홈페이지

www.dhmf.state.md.us/mma/mmahome.html에서 Health Choice에 대한 자세한 정보와 지원서를 다운로드 받으실 수 있습니다.

■ **무보험자/저소득층:** 무보험자나 저소득층인 경우 공공 정신 의료 서비스(public mental health services)의 수혜 대상자가 될 수 있습니다. 1-800-888-1965 또는 TTY1-800-735-2258로 전화하십시오.

■ **The Pro Bono Counseling Project** 는 저소득층을 위해 가족이나 연인 간의 관계, 우울증을 포함한 광범위한 문제들에 대한 상담을 제공합니다. 이러한 서비스들은 기본적으로 무료로 제공됩니다.

자세한 사항은 410-323-5800, 301-805-8191 또는 1-877-323-5800로 전화 주시거나 홈페이지 www.probonocounseling.org를 방문하시기 바랍니다.

Healthy New Moms: 메릴랜드의 출산 전후 우울증 극복 캠페인은 미국 보건 복지부 보건 자료 지원처의 모자 보건 사무국의 후원으로 메릴랜드 정신 건강 협회가 주관하는 거리 홍보입니다. 자세한 정보를 원하시면 1-800-572-MHAM (6426)로 전화 주십시오. 캠페인 자료는 메릴랜드 보건 및 정신 위생 사무국의 지원으로 인쇄 되었습니다.