

# 联邦医保系列 2024

## — 联邦医保保险公司用户门户



### 联邦医保保险公司用户门户:您的在线医保管理中心

我们工作室最近帮助很多客户注册了他们的医保公司在线门户账号,兑换医保奖励,订购开价产品。在数字化时代的推动下,医疗服务的获取和管理方式正在经历一场革命。作为联邦医保计划的一部分,各保险公司纷纷推出了各自的用户门户,这些门户不仅简化了医疗保险的管理过程,还大大

提高了用户的互动体验和服务满意度。今天,我们就来详细介绍这些用户门户的关键功能和您可以从中获得的益处。

**1.实时访问和更新个人资料:**通过保险公司的用户门户,您可以随时查看和更新您的个人信息,包括联系方式、保险覆盖范围以及支付方式等。这一功能确保了您的保险记录始终保持最新状态,有助于在需要时获得无缝的服务。

**2.直观的健康记录管理:**用户门户提供了一个集中的平台,让您可以轻松查看和管理您的健康记录,包括过往的就诊历史、药物记录以及预防性保健措施。这不仅有助于您跟踪个人健康状况,也使得医生在诊断和治疗时能够更全面地了解您的医疗背景。

**3.便捷的费用处理和支付:**联邦医保保险公司的用户门户还提供了费用查询和在线支付功能。您可以直接在门户上查看待支付保费、已结算的医疗费用和相关的保险

报销信息。在线支付功能则进一步简化了费用处理流程,使得管理财务更加便捷。

**4.增强的沟通渠道:**通过用户门户,您可以直接与保险公司的客服人员进行沟通。无论是询问保险政策的细节,还是寻求特定情况下的帮助,门户上的即时聊天和电子邮件功能都能提供快速的回应。

**5.教育资源和自助服务工具:**保险公司的门户通常包含丰富的教育资源,如视频教程、常见问题解答(FAQs)和详细的服务指南,帮助您更好地理解 and 利用您的医保计划。此外,许多门户还提供自助服务工具,如费用估算器和健康评估工具,让您能够更主动地管理自己的健康和保险。

**6.医保福利最大化**  
朋友们请留意您的年度体检,疫苗接种等相关项目可兑换的奖励。及时在线更新,实时兑换奖励。在健康之路上收获更多优惠。

总结来说,联邦医保保险公司的用户门户是一个功能强大的在线平台,它不仅提供了一站式的医保管理解决方案,还通过增强的信息透明度和便利的互动方式提升了用户的整体满意度。在这个信息化快速发展的时代,利用这些数字工具,您可以更加轻松地管理您的健康和保险需求。立即登录您的用户门户,探索所有这些功能,为自己的医疗保障添砖加瓦,确保在未来的日子里,您和您的家人都能享受到更全面、更高效的医疗服务。

**特别提醒:**符合条件的即将年满65岁的长者朋友们需要在7个月的初始报名注册期内申请加入联邦医保红蓝卡。我们团队为这些长者朋友们提供免费的咨询服务和申请帮助。祝您四季平安。

电话:(301)832-2593

电邮:chang@theintegrityinsurance.com

网站:www.theintegrityinsurance.com

## 汉语普通话的鼻韵母

希望中文学校盖城校区中文教师:谭伟

普通话的汉语拼音系统包括声母、韵母、声调和音变等。学习汉语拼音需要熟悉和掌握声母、韵母以及声调等基本要素。普通话有39个韵母,包括10个单韵母、13个复韵母和16个鼻韵母。本文将介绍与汉语普通话鼻韵母有关的知识。

鼻韵母是由一个或两个元音后面加上鼻辅音n或ng作为韵尾所构成的韵母。普通话中能构成鼻韵母的辅音只有n和ng,它们是产生鼻音的基础。鼻音是发音时气流在口腔中遇到阻碍后,通过鼻腔发送出来的声音。鼻辅音n的发音部位比较靠前,而鼻辅音ng的发音部位则相对靠后。

普通话有16个鼻韵母,分别是an、en、in、ün、ian、uan、üan、uen、ang、iang、uang、eng、ing、ueng、ong和iong。鼻韵母可以分为有韵头和无韵头,例如,ian有韵头i,而an则无韵头只有韵腹a和韵尾n。根据鼻辅音的不同,可以将16个鼻韵母分为前鼻韵母和后鼻韵母。

### 一、前鼻韵母

前鼻韵母,又称前鼻音韵母,是以舌尖鼻音n为韵尾的鼻韵母,共有8个,分别是an安、en恩、in因、ün晕、ian烟、uan弯、uen温、üan冤。有韵头的前鼻韵母发音时,韵头发音短、韵腹清晰响亮,而韵尾n的发音则是

通过舌尖和声带的配合,做出发音的动作以产生鼻音效果。

前鼻辅音n是舌尖中音,在发音时舌尖起主要作用,即在发音时舌尖要抵住上齿龈,口腔不能张得太大,以避免气流进入后鼻腔。韵尾-n的发音部位比声母n-的发音位置稍靠后。

《新华字典》里的“汉语拼音方案”中规定,当前鼻韵母uen和声母拼写时,应先去掉uen中间的元音e,改写成un,然后再与声母相拼写。例如,当声母l和uen拼写“论”的汉语拼音时,不能直接写成luèn,而是要先去掉uen中的e剩下un,然后un再和声母l相拼并加上声调符号写成lùn(论)。

当前鼻韵母uen作为零声母音节时,需要先去掉u,然后在en的前面加上隔音字母w,写成wēn(温)。当前鼻韵母in或ün的前面没有声母而自成音节时,其前面需要添加隔音字母y,分别写成yīn(音)和yūn(晕)。注意,当y和ün拼写时,要先将ün中的两个小点去掉,然后再标出声调拼写成yūn。

### 二、后鼻韵母

后鼻韵母,又称后鼻音韵母,是由元音加上舌根鼻辅音ng所构成的鼻韵母。后鼻韵母也有8个,分别是ang昂、eng鞞、ing英、ong(轰的韵母)、iang央、uang汪、ueng翁、

iong雍。后鼻韵母中ng的发音部位在舌面后方的舌根部分,发音时嘴巴要张开,使鼻腔产生共鸣和气流变化最终形成鼻音,发音响亮且较长。口腔的上部是硬腭,后面是软腭。后鼻韵母发音时舌根要抬起抵住软腭。与前鼻韵母相比,后鼻韵母的鼻音稍重略长。

在普通话里,后鼻韵母ueng(翁)只有一种零声母音节的形式weng,而ong则没有零声母音节,ong只能和声母相拼,但不能与声母sh相拼。另外,声母b、p、m、f、j、q、x也不能和ong构成音节。

在普通话中,鼻辅音n既可以作为声母,也可以充当韵尾;与此相反,鼻辅音ng只能作为韵尾而不能充当声母,也就是说ng不能出现在音节中韵母的前面。ng是单辅音,而不是复辅音,因为在现代汉语里没有复辅音的形式。

总之,鼻韵母的发音特点是:其一、发音时由元音逐渐向鼻辅音过渡,使鼻音色彩增加产生元音鼻化,最终形成鼻辅音;其二、发音以元音为主,鼻辅音为辅,主要元音的发音清晰响亮,鼻辅音重在做出发音状态;其三、发音时鼻韵母中的元音借助舌面发音,而鼻音则靠舌尖和舌根分别发出n和ng。

鼻韵母中的元音音色与单韵母或复韵母的元音音色略有不同,这一点应在学习普通话鼻韵母时加以注意。学习汉语普通话



的鼻韵母,有助于学生了解和熟悉鼻韵母的发音和拼写规律,增强用普通话进行语言交流的能力,提高中文的整体水平。

希望中文学校盖城校区位于马里兰德国镇西北高中,欢迎您关注并前来注册。

学校网页

<https://www.hopechineseschool.org/hcsgb/>



## NATIONAL ASIAN PACIFIC CENTER ON AGING

在本月的专栏中,我们挑选了几个关于Medicare(红蓝卡)和其他社会福利的常见问题想要和您分享。如果您对Medicare(红蓝卡)、Medicaid(白卡)、平价医疗法案健康保险市场、社会保障退休福利、补充保障收入、年长者社会福利或COVID/流感疫苗接种有更多的疑问,您可以通过以下方式联系我们:

电话:(中文普通话)1-800-683-7427,(中文粤语)1-800-582-4218,(英语)1-800-336-2722

电子邮件:askNAPCA@napca.org

邮寄地址:NAPCA Senior Assistance Center, 1511 3rd Avenue, Suite 914, Seattle, WA 98101

<Q1> 如果我刚满65岁,那

我还能注册Medicare(红蓝卡)吗?

是的,您可以注册。Medicare是一项针对65岁或以上人士的健康保险计划。如果您在满65岁之前,已经领取社会保障福利四个月或以上,那您会自动加入Medicare。如果该情况不适用于您,则需要自己注册Medicare。您在七个月的初始注册期内注册Medicare时,您将得到Medicare A部分(医院保险)和Part B(医疗保险),这被称为原有的Medicare。

您必须为B部分和/或A部分支付每月保费(在大多数情况下,如果受益人或其配偶拥有至少40个社会保障工作积分,则无需支付A部分的每月保费)。您需支付20%的共付额和免赔额。如果您想填补这些费用差额,您可以选择购买Medicare C部分(Medicare优势计划)或Medigap(也称为

Medicare补充保险)。

Medicare D部分,可以理解为药物计划,也就是说Medicare D部分包含药物。如果您原有的Medicare并且需要药物保险,您应购买该药物计划,或者通过Medicare优势计划获得药物保险,因为许多优势计划都包含药物。

<Q2> 什么是Medicare(红蓝卡)优势计划以及Medigap(Medicare补充保险)?

如果您已经拥有A部分和B部分,那么您可以选择加入Medicare优势计划,有时称为“C部分”或“MA计划”。优势计划至少提供与原有的Medicare相同的福利。与原有的Medicare不同,优势计划可以提供额外的福利,如牙科或视力方面的保险,并设有年度自付额上限。许多优势计划也将药物保险作为其福利的一部分。您需要为优势计划支付每月保费,但也存在某些优势计划的月费为零。由此,您可以在医疗保健费用上节省大量费用。然而,优势计划

通常有网络限制,这意味着您在选择医生、医院和服务区域时可能会受到限制。在优势计划下,您可能需要得到您的家庭医生转诊后,才能获得专科医生服务,或者需要计划的事先授权。如果您更关心保险的花费,或者您住在城市地区,优势计划可能是一个不错的选项。

Medigap(Medicare补充保险)是一种私人健康保险政策,用于填补费用分摊缺口,例如Medicare A部分和B部分的20%共付额,并且只有加入原有的Medicare的个人才能购买。Medigap不提供药物保险或其他额外福利(如牙科或视力保险)。如果您需要额外的保险,您需要另外购买您想要添加的保险计划。您需要为B部分和Medigap计划支付每月保费(如有,则还包括额外保险的费用),每月总计约400美元或以上。对于需要经常护理的慢性病患者、经常旅行或居住在农村地区的人来说,原有的Medicare加上Medigap(可选择加入/不加入药物计划)将是一个不错的选择。

<Q3> 您知道您也可能有资格获得能源费用援助吗?

LIHEAP(低收入家庭能源援助计划)是一个由联邦政府资助的项目,旨在帮助低收入家庭满足其即时的家庭能源需求。该计划为您的家庭提供每年一次的现金补助,帮助您支付家庭供暖和制冷费用。补助金可以直接支付给您的能源提供商。符合资格的条件如下:家庭收入不得超过联邦贫困线的150%(例如,两人家庭为2555美元)或州中位数收入的60%。该计划的注册期可能不是全年都有,具体时间取决于您所在的州。申请程序和机构根据您居住的地区而异。请致电我们以确认您是否有资格加入该计划。

全美亚太裔耆老中心(NAPCA)是一个致力于提高亚裔、夏威夷原住民和太平洋岛民(AANHPI)年长者及其家庭生活质量的非营利组织。我们运营的NAPCA年长者帮助中心为年长者和照顾者提供服务,支持五种不同语言。