

65岁前医疗保险怎么选？ 一文读懂ACA Marketplace与补贴关键点

很多早退休、做小生意或自由职业的朋友，都会遇到同一个现实问题：距离65岁加入 Medicare 还有几年，医疗保险空档怎么办？在不符合 Medicare、Medicaid 或大型雇主团体保险覆盖的情况下，很多人会通过 ACA《平价医疗法案》设立的 Health Insurance Marketplace (简称 Marketplace) 来选购个人/家庭医疗计划，并(在符合条件时)申请保费与自付费用方面的补贴。

今天我们将用尽量清晰的方式，带您了解 Marketplace 的核心规则与常见误区。

Marketplace 是什么？

• 定义: Marketplace 是 ACA 设立的公开投保平台,用于对比与购买符合规定的商业医疗计划,并在符合条件时申请相关补贴。投保通常通过各州自建平台完成。

• 适用人群(概括):一般适用于合法居住在美国、且当下未被某些公共项目(如 Medicare)或雇主团体计划覆盖的人群。是否可投保、可否获得补贴,需要结合身份、家庭结构与收入等因素判断。

报名时间:开放登记期(OEP)与特别登记期(SEP)

• 开放登记期(OEP):每年会有一个集中窗口期用于为下一年度选计划或换计划。常见时间为11月1日到次年1月15日或1月底(不同州/年度可能存在差异)。

• 特别登记期(SEP):在非 OEP 期间,如果发生某些符合条件的生活事件,可能获得额外的投保/改保窗口。常见触发事件包括:搬家、家庭成员变化、失去雇主保险等(是否符合、窗口多长以具体情形与官方规则为准)。

计划怎么选:铜/银/金/铂不是“好坏”,而是费用结构

Marketplace 常见的“金属等级”包括铜、银、金、铂。它们的主要差异通常体现在保

费与自付费用(免赔额、共付、共保等)的分配比例:

• 铜计划:月保费相对较低,但免赔额与看病自付费用可能更高

• 金/铂计划:月保费相对较高,但在实际就医时自付费用可能更低

选择时建议从自身使用场景出发:常看病/用药与否、可承受的月保费、对高免赔额的风险承受度等。

补贴与费用控制:两类常见支持

Marketplace 中常见的两类支持包括:

• 保费税收抵免(Premium Tax Credit):在符合条件时,用于降低每月保费支出

• 自付减免(Cost-Sharing Reductions, CSR):在符合条件时,用于降低免赔额、共付与自付上限等(常见规则是需要选择银级(Silver)计划才能享受 CSR,这一点容易被忽略)

补贴是否可得、金额多少,与家庭收入、家庭人数、所在地规则以及当年政策有关;申请时的收入预估与报税时的实际收入也可能影响最终结算结果。

与 Medicare 衔接:65岁前后务必提前规划

• 重要提醒(原则性):一旦符合并实际加入 Medicare,通常不应继续领取 Marketplace 的保费税收抵免;若不符合规则,可能在报税时产生补贴调整/追回等后果。

• 建议做法:临近 65 岁或即将获得 Medicare 资格时,建议提前规划时间表,核对生效日期与退保/转保衔接,避免出现保障中断或补贴问题。

实务建议:三件事先弄清,再决定买哪种计划

• 先核对资格:是否符合 Marketplace

免费咨询



彭刘畅

多州执照
医保经纪人

联邦医保

10月15日~12月7日

这是您要更改计划的时期。

欲咨询执照保险经纪,请联络

301-832-2593



预约

个人和家庭保险

牙齿保险

旅游保险

联邦医保C部分

联邦医保补充计划

小企业医疗保险

办公地址 15861 Crabbs Branch Way, Rockville, MD
 8600 Snowden River Pkwy, Ste 300, Columbia, MD
 9298 Gaither Road, #101 Gaithersburg, MD (每周四下午)

电邮: chang@theintegrityinsurance.com
预约: https://calendly.com/changpeng

投保条件?是否可能符合补贴条件?

• 再算清成本:不要只看月保费;把免赔额、共付、网络与处方药(如适用)一起纳入对比;根据医生来选择保险公司和网络。

• 最后做衔接规划:如果未来一年内可能转入 Medicare,把时间点与规则提前放进计划里。

专业建议:把规则讲清,把选项比全

如果您正在购买 Marketplace 保险,考虑申请补贴,或计划从 Marketplace 平稳过渡到 Medicare,欢迎联系我们的专业医保顾问团

队进行咨询。我们可以基于您的年龄、身份、家庭结构、收入与健康需求,协助您:

• 梳理投保与补贴申请所需信息
• 对比不同计划的保费与潜在自付成本

• 规划与 Medicare 的衔接时间表,减少保障中断风险

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全年提供免费的咨询服务和申请帮助。祝您四季平安。



办公室:15861 Crabbs Branch Way, Rockville, MD
8600 Snowden River Pkwy, Ste 300, Columbia, MD 21045

电话:(301)832-2593
电邮:chang@theintegrityinsurance.com
网站:www.theintegrityinsurance.com
预约:https://calendly.com/changpeng



大华府社区健康服务中心

Chinese American Community Health Services

中文帮助电话

240-658-9228

蒙郡华裔社区健康服务项目

快乐老人英语俱乐部 Happy Seniors

English Club

免费加入,扫码报名

- 服务华裔老人,促进英语交流;
- 每期24次课程,每周一、三晚7:00-8:00;
- 第一期2026年1月12日-4月5日;
- 第二期2026年4月6日-6月28日



Together To Build A Healthy Community



CACHS作为美国501(C)(3)非营利慈善机构,致力于健康服务的可及性和公平性,多年来在大华府地区开展多项健康服务活动。热诚欢迎加入我们的公益团队--WWW.CACHS.ORG

名誉社长:蒋亚洪 董事长兼社长:倪涛 副董事长:张向荣 张小斌 总编:曹鉴钦 法律顾问:张默
副社长:林静 文娟 主编:恬悦 怡和 记者:小延 理超 刘大为 曹关良 赵新生 专栏:萧靖 赵实 媒体顾问:章栋