



산전 관리 장비:

임신 중의 적절하고 맞춤형 의료 서비스를 위한 미시간 계획 (MiPATH)

Prenatal Care Devices:

The Michigan Plan for Appropriate and Tailored Healthcare in Pregnancy (MiPATH) (Korean)

임신 기간 중에 사용할 의료 장비를 어떻게 구할 수 있습니까?

How do I obtain medical devices to use during my pregnancy?

어디에서 진료를 받는 지에 관계없이 의료진과 환자 모두 같은 정보를 공유할 수 있도록, 가상 진료를 위한 가정용 의료 장비 구비를 도와드리겠습니다. 세세한 모든 과정을 저희가 도와드리겠습니다!

We will help you get home devices for your virtual visits to make sure you and your clinician have the same information, no matter where you get your care. We are here to help you every step of the way!

가상 진료일 경우 가정용 혈압 측정기가 필요합니다. 그리고 집에서 태아의 심박수를 측정하기 위해 태아용 도플러와 초음파용 젤 구매를 선택하실 수도 있습니다. 또한 담당의와 임산부가 상의해서 집에서 체중을 잴 수도 있습니다.

If you have virtual visits you will need a blood pressure cuff at home. You may also choose to purchase a fetal doppler and ultrasound gel to measure your baby's heart rate at home. You and your clinician may choose to measure weight at home too.

의료 장비가 보험 적용이 되는 지 알아보시기 바랍니다. 장비를 구하는 방법에 대한 기본적인 정보가 아래 도표에 제공되었습니다.

문의 사항이 있다면, 보험 카드에 있는 고객 서비스 담당자에게 연락하시기 바랍니다. 첫 가상 방문 예약날까지는 혈압기를 구비해 놓으십시오.

Check your insurance plan for device coverage. We have provided some basic information in the table below on how you might get your devices. If you have any questions, you can contact the customer service representative on your

Department of Obstetrics and Gynecology

insurance card. Plan to have your blood pressure cuff by your first scheduled virtual visit.

장비에 대한 의료 보험 적용: Insurance coverage for devices:

장비 보험 적용	보험 유형 예시	해야 할 일
보험 적용이 되는 장비	유나이티드 헬스케어 커뮤니티 플랜, 메리디안	혈압 측정기는 보험 적용이 됩니다. 담당의가 처방전을 드리면, 보험 회사에 연락해서 장비를 구하는 방법에 대한 문의를 하십시오. 유나이티드 헬스케어 커뮤니티 플랜이나 메리디안 보험을 가지고 있다면, 담당의에게 알려주시기 바랍니다.
보험 적용이 되는 지 확실치 않음	개인별	혈압 측정기는 보험 적용이 될 수도 있습니다. 담당의가 처방전을 드리면, 보험 회사에 연락해서 장비를 구하는 방법에 대한 문의를 하십시오. 만약 보험 적용이 안된다면, 아래에 있는 “보험 적용 안됨” 옵션을 참고하십시오.
헬스 세이빙스 어카운트 혹은 플렉서블 스펀딩 어카운트 (HSA/FSA)	개인별	HSA/FSA 계정에 있는 돈으로 장비를 구입할 수 있습니다.
장비에 대한 보험 적용이 안됨	개인별	아래에 있는 추천 장비 목록을 참고하셔서 자비로 장비를 직접 구입할 수 있습니다.

장비 보험 적용	보험 유형 예시	해야 할 일
보험 적용이 안되고, 자비 장비 구입이 부담됨	개인별	저희가 도와드리겠습니다! 담당자에게 연락하시면, 고객 지원 프로그램으로 의뢰하여 장비 및 그 외의 임신 중 필요한 사항에 대한 지원처와 연결해드립니다. 30 분간의 접수 상담을 합니다.

Device coverage	Example plans	What to do
Plan covers device	United Healthcare Community Plan, Meridian	Your blood pressure cuff is paid for by your insurance. Your clinician will give you a prescription, and you can contact your insurance company for how to get the device. Please let your clinician know if you have United Healthcare Community Plan or Meridian.
Unsure if plan covers device	Individual	Your blood pressure cuff may be paid for by your insurance. Your clinician will give you a prescription, and you can contact your insurance company for how to get the device. If it is not covered, see options below under “no insurance coverage”.
Health Savings Account or Flexible Spending Account (HSA/FSA)	Individual	You may be able to buy devices using the money in your HSA/FSA account.

Device coverage	Example plans	What to do
No insurance coverage for device	Individual	You can buy devices on your own using the recommended devices list below.
No insurance coverage, buying the device is a financial burden.	Individual	We are here to help! Contact your clinician and they will place a referral for the Guest Assistance Program to connect you with resources for devices and other pregnancy needs. You will complete a 30 minute intake interview.

추천 장비들: Recommended devices:

장비 종류	상표
혈압 측정기	<p>모든 Omron 상표 측정기는 좋은 선택입니다. 타겟, 월마트, 아마존, 혹은 본 장비 회사 웹사이트와 같은 온라인 업체에서 구하실 수 있습니다.</p> <p>선호 장비:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Omron 3 시리즈 (모델명 BP 7100) • Omron 7 시리즈 무선 상완 혈압 모니터 (모델명 BP 7350) • Omron 플래티넘 (모델명 BP5450) • Omron 실버 (모델명 BP 5250) <p>그 외의 옵션은 다음과 같습니다:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A&D 의료용 상완 혈압 모니터 중간 사이즈 커프 (모델명 UA-611) • Withings BPM 커넥트 와이파이 스마트 혈압 모니터 (아이폰과 아이패드 호환형)

	<ul style="list-style-type: none"> •
태아용 심박 도플러	<ul style="list-style-type: none"> • Sonoline B 심박 모니터 • Facelake JPD-100B/FL-100B 태아용 도플러
태아용 심박 도플러 앱	<ul style="list-style-type: none"> • Fetal Beats (애플) • Hear My Baby Heartbeat (애플) • My Baby Heart Rate Recorder (애플) • Tiny Beats (애플) • Babyscope (애플) • Fetal Doppler Unborn Heart (애플/안드로이드) • Baby Heartbeat Listener (안드로이드) • Baby Heartbeat Monitor (안드로이드) • Baby Heartbeats Lite (안드로이드)
체중계	가정용 체중계면 모두 허용됩니다: 임신 기간 동안 항상 같은 체중계를 사용하실 것을 권장합니다.

Device type	Brand
Blood pressure cuff	<p>Any Omron cuff is a good option. These devices can be found at online retailers such as Target, Walmart, Amazon, or the device company's website.</p> <p>Preferred:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Omron 3 Series® (Model BP 7100) • Omron 7 Series® Wireless Upper Arm Blood Pressure Monitor (Model BP7350) • Omron Platinum® (Model BP5450) • Omron Silver® (Model BP 5250) <p>More options include:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A&D Medical Upper Arm Blood Pressure Monitor with Medium Cuff (Model UA-611) • Withings BPM Connect Wi-Fi Smart Blood Pressure Monitor (iPhone and iPad Compatible)

	•
Fetal Doppler	<ul style="list-style-type: none"> • Sonoline B Heartbeat Monitor • Facelake JPD-100B/FL-100B Fetal Doppler
Fetal Doppler Apps	<ul style="list-style-type: none"> • Fetal Beats (Apple) • Hear My Baby Heartbeat (Apple) • My Baby Heart Rate Record.er (Apple) • Tiny Beats (Apple) • Babyscope (Apple) • Fetal Doppler Unborn Heart (Apple/Android) • Baby Heartbeat Listener (Android) • Baby Heartbeat Monitor (Android) • Baby Heartbeats Lite (Android)
Scale	Any home scale is acceptable; we just recommend you use the same scale throughout pregnancy.

장비를 받으면 어떻게 해야 합니까?

What should I do once I have my devices?

장비를 받으시면, 다음 대면 약속때 가지고 오시기 바랍니다. 담당 의료팀은 환자분이 사용법을 알고 계신 지를 확인하고, 문의 사항에 답해드릴 것입니다. 예약된 진료에 오시기 전에, 장비를 꺼내서 전원이 켜지고 작동이 잘 되는 지 확인하시기 바랍니다. 진료 약속 전에 아래에 있는 “가정용 장비 사용하기”를 살펴보시기 바랍니다.

Once you have your devices, please bring them with you to your next in-person appointment. Your care team will make sure you know how to use them, and will answer any questions. Before your appointment, take the device out of the box and make sure it has power and is working well. Please look over the “Using home devices” section below before your appointment.

장비를 어떻게 사용합니까? How do I use my devices?

혈압 측정기: Blood pressure cuff:

가상 산전 진료 중에 환자가 혈압을 직접 재서 담당의와 결과를 공유합니다. 혈압 수치는 임신이 별 문제없이 정상적으로 진행되고 있는 지를 확인하는데 도움이 됩니다. 정확한 혈압 수치를 측정하는 것이 매우 중요합니다. 그렇게 하려면 :

1. 혈압을 재기 전에 5 분간 편안한 마음으로 계십시오.
2. 편안한 자세로 앉으십시오 (의자에 앉는 것이 가장 좋습니다).
3. 다리를 꼬지마십시오.
4. 두꺼운 옷을 입고 계시다면, 팔을 빼십시오.
5. 평평한 곳에 팔을 펴서 놓고, 심장 높이로 수평을 유지하십시오.
 - 위의 숫자 (수축기)가 140 보다 높거나, 아래 숫자 (확장기)가 90 보다 높다면, 15 분간 조용히 쉬고 나서 다시 혈압을 측정하십시오.
 - 숫자가 여전히 높고 산전 진료 예약이 잡혀있지 않다면, 즉시 담당의 병원으로 전화해야 합니다.

혈압 측정기 사용에 관해 도움이 되는 비디오:

<https://www.youtube.com/watch?v=uRl5n6keWnI>

You will check your blood pressure **during** your virtual prenatal appointments and share the results with your clinician. Your blood pressure helps your clinician check that your pregnancy is progressing normally and without issues. It is important to get a correct blood pressure. To do so:

Relax for 5 minutes before taking your blood pressure.

Sit in a relaxed position (sitting in a chair is best).

Keep your legs uncrossed.

Remove any thick clothing from your arm.

Rest your arm on a flat surface, keeping it level with your heart.

- If the top number (**systolic**) is greater than 140, or the bottom number (**diastolic**) is greater than 90, rest quietly for 15 minutes, and retake the blood pressure.
- If the number is still elevated and you do not have a prenatal visit planned, you should call your clinician's office right away.

For a helpful video about using your blood pressure cuff, visit:

<https://www.youtube.com/watch?v=uRl5n6keWnI>

Department of Obstetrics and Gynecology
Prenatal Care Devices (Korean)

태아용 심박 도플러: Fetal doppler:

가상 산전 진료 중에 태아용 심박 도플러를 이용하여 태아의 심박수를 측정할 수 있습니다. 16 주 전에는 태아의 심박을 찾기가 어려울 수 있으니, 임신 초기에는 시도하지 않기를 권합니다. 가상 진료 중에 태아의 심박수를 측정하기로 담당의와 함께 결정했다면, 아래의 단계대로 하십시오:

1. 등을 대고 똑바로 누워 배가 보이도록 옷을 올리십시오.
2. 장비를 켜십시오. 도플러의 위쪽에 초음파용 젤을 바르십시오.
3. 도플러를 배꼽과 치골 사이의 중간 부분에 놓으십시오.
4. 꺾 누르면서 도플러를 천천히 움직여 심장 박동을 찾으십시오. 심장 박동을 찾을 수 없는 경우에는 도플러의 각도를 바꿔보십시오. 태아가 움직이면서 자세를 바꾸기 때문에, 몇 분간의 시간이 걸릴 수 있습니다.
 - 16 주 태아의 정상 심장 박동수는 110 에서 160 사이 입니다.

태아의 심장 박동을 찾을 수 없다면 도플러에 젤이 있는 지를 확인하시고, 도플러의 각도를 바꿔보십시오. 심박 도플러의 배터리가 있는 지와 소리가 켜져있는지 확인하십시오. 그래도 여전히 심박수를 찾을 수가 없다면, 담당의 병원으로 전화를 걸어 도움을 요청하십시오.

You may check your baby's heartbeat with a fetal doppler **during** your virtual prenatal appointments. It can be hard to find the baby's heartbeat before 16 weeks, so we do not recommend trying to find it early in pregnancy. If you and your clinician have decided to check the baby's heartbeat with a doppler for your virtual visits, use the steps below:

- Lie down on your back and remove your clothing to expose your stomach.
- Turn on the device. Then put ultrasound gel on the top of the Doppler wand.
- Place the probe on the area halfway between your belly button and your pubic bone.
- Use firm pressure and move the probe around slowly to find the heartbeat.
- Try changing the angle of the probe if you can't find the heartbeat. Since your baby will move around and change positions, it may take several minutes.

- The baby's heartbeat should be between 110 and 160 by 16 weeks.

If you cannot find the baby's heartbeat make sure you have gel on the wand and try changing the angle of the probe. Then make sure the doppler has batteries and the volume is turned up. If you still cannot find the heartbeat, call your clinician's office for help.

체중 확인하기: Checking your weight:

임신 중의 체중 기록으로 의료진은 산모와 태아의 영양 섭취 상태를 파악할 수 있습니다. 가상 진료 시, 체중 기록을 하기로 담당의와 함께 결정했다면 아래의 방법을 이용하십시오.

1. 단단하고 평평한 표면에 체중계를 놓으십시오.
2. 신발을 벗으십시오. 옷의 종류와 시간대는 중요하지 않습니다.
3. 체중계가 일단 0으로 되어있는 지를 확인한 후에 올라가서 몸무게를 재십시오.

- 체중의 갑작스런 변화 (1-2 일내에 5 파운드 이상) 가 있고, 진료 예약이 잡혀있지 않다면, 담당의 병원으로 연락하시기 바랍니다.

Recording your weight during your pregnancy can tell your clinician if you and your baby are getting the nutrition you need. If you and your clinician have decided to record weight with your virtual visits use the tips below:

Put your scale on a solid and flat surface.

Remove your shoes. The type of clothing you wear and time of day do not matter.

Make sure your scale shows a 0 before stepping on it to weigh yourself.

- If you notice a sudden change in your weight (greater than 5 pounds over 1-2 days) and you do not have a prenatal appointment planned, please call your clinician's office.

책임의 한계 및 법적 고지: 본 문서는 귀하와 동일한 상태의 전형적인 환자를 위해 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 만든 정보 및/혹은 교육용 자료입니다. 여기에는 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 직접 작성하지 않은 온라인 내용에 관한 링크가 포함되어 있을 수 있는데, 이에 대한 책임은 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 에서 지지 않습니다. 귀하의 경험이 전형적인 환자의 경험과 다를 수 있으므로, 본 문서가 담당 의료진의 의학적인 자문을 대체하지는 않습니다. 본 문서나 건강 상태 혹은 치료 계획에 관한 문의가 있다면, 반드시 담당 의료진과 상담하십시오.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

편집: Karelyn Munro, BA

Edited by: Karelyn Munro, BA

다음 문서에서 개작: 유타 대학교 (The University of Utah). *가상 산전 진료란 무엇입니까? 2020, 온라인*
접속:

번역: 미시간 메디신 (Michigan Medicine) 통역 서비스 Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

미시간 메디신 (Michigan Medicine) 의 환자 교육은 [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International Public License](#) 에 따라 인가 받았습니니다.

최종 수정 2021/08

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 08/2021