



Las vacunas no son solo para niños

Los bebés y los niños reciben muchas inmunizaciones, es decir, inyecciones que contienen vacunas. Las vacunas ayudan a prevenir enfermedades. Ayudan a proteger a los niños contra el sarampión, las paperas, la varicela, el tétano y más.

Los adultos también necesitan inmunizaciones. Esto se debe a que es posible que algunas vacunas que recibieron cuando eran niños no los protejan cuando son adultos.

Algunas vacunas solo son necesarias a la hora de planificar un viaje al extranjero. Cada año se deben administrar otras vacunas, incluida la vacuna contra la gripe. Cada año se elabora una nueva vacuna contra la gripe.

¿Sabe si está al día con sus inmunizaciones? Hable con su médico para saberlo. Llame a Peach State Health Plan al **1-800-704-1484** si necesita ayuda para encontrar un médico.



Start Smart

(inicio inteligente)

Nuestro programa Start Smart for Your Baby® (Un comienzo inteligente para su bebé) le ayuda a concentrarse en su salud durante su embarazo.

Diríjase a PSHP.com para obtener más información.

Se están estudiando nuevos tratamientos y pruebas

Su salud es importante para nosotros. Peach State Health Plan busca lo último en la atención médica. Pueden ser nuevos medicamentos, pruebas o cirugías. Queremos asegurarnos de que los tratamientos nuevos sean seguros y eficaces. Peach State Health Plan tiene un equipo de médicos que revisa la nueva atención médica. El equipo revisa información de otros médicos y grupos científicos. Luego, se comparten los tratamientos de atención médica nuevos con nuestros médicos. Esto permite que los médicos de Peach State Health Plan le brinden los tipos de atención más adecuados y actualizados.

Su tiempo importa

Peach State Health Plan quiere asegurarse de que reciba la atención que necesita, cuando la necesita. Trabajamos con los proveedores para establecer estándares para los tiempos de espera.

- Para la atención de rutina, será atendido en un plazo de 14 días.
- Para la atención de urgencia, será atendido en un plazo de 24 horas.
- En el caso de atención de cuidados especializados, será atendido en un plazo de 30 días.
- Desde la sala de espera, deberían llevarlo a la sala de examen dentro de los 60 minutos del horario de la consulta programada.

¿No puede obtener una cita dentro de esos plazos? Llámenos al **1-800-704-1484**. Podemos ayudarlo.

Estamos para servirle

Peach State Health Plan está aquí para ayudarlo con muchas de sus necesidades de atención médica. Simplemente llámenos al **1-800-704-1484**. Podemos ayudarlo a:

- Encontrar un proveedor
- Obtener una nueva tarjeta de identificación de miembro
- Conseguir transporte a las citas médicas
- Adquirir una versión impresa de cualquier material de nuestro sitio web

¿Necesita una copia de su manual para miembros?
¿Desea actualizar su información personal? Puede solicitarlo a través de nuestro número telefónico. También puede obtener esa información y mucha más en nuestro sitio web, **PSHP.com**.

Cuando los antibióticos no ayudan

Los antibióticos son medicamentos que se usan para tratar infecciones causadas por bacterias. No ayudan a curar las infecciones causadas por virus. Eso significa que los antibióticos no ayudan en caso de:

- Resfriado
- Gripe
- Tos

Algunas enfermedades que se tratan con antibióticos son:

- Faringitis estreptocócica
- Infecciones de las vías urinarias
- Algunas infecciones del oído

No tome antibióticos que le hayan recetado a alguien más. Si está enfermo, consulte a su médico. Él o ella puede decirle qué hacer para sentirse mejor.



Atención preventiva para las mujeres

Los exámenes de detección son pruebas que determinan la presencia de ciertas enfermedades. Ayudan a encontrar los problemas lo antes posible. También pueden prevenir futuros problemas de salud. Algunos exámenes de detección solamente se recomiendan para mujeres. Si es mujer, debe hacerse:

- Un estudio de cáncer de cuello uterino. Este puede hacerse con una prueba de Papanicolaou o una prueba de VPH. Puede hacerse la prueba de Papanicolaou cada tres años. La prueba de VHP puede hacerse cada cinco años.
- Un estudio de detección del cáncer de mama. Las mamografías son radiografías para detectar el cáncer. Dependiendo de su edad y sus antecedentes médicos, podría necesitar una cada año o cada dos años.
- Una prueba de clamidia. Esta prueba detecta una enfermedad que se contagia con las relaciones sexuales. Las mujeres que son sexualmente activas deben hacerse esta prueba todos los años.

Hable con su médico sobre qué pruebas necesita. Es posible que necesite pruebas todos los años. ¿Necesita ayuda para encontrar a un médico? Podemos ayudarlo. Llame al **1-800-704-1484**.

¿Usar o no usar el hilo dental?

¿Qué significa cuidar bien de sus dientes? De acuerdo con la Asociación Dental Estadounidense, no basta con cepillarse dos veces al día. También necesita usar hilo dental al menos una vez al día.

El hilo dental ayuda a limpiar entre sus dientes. Son lugares a los que resulta difícil llegar con un cepillo de dientes. El hilo dental puede retirar residuos y placa. Así reducirá el riesgo de padecer enfermedades de las encías y caries dentales. También debe consultar al dentista con regularidad.

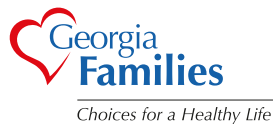




Nos importa **la calidad**

Deseamos mejorar la salud de todos nuestros miembros. Una forma de hacerlo es al mejorar la atención que ofrecemos. Nuestro programa de mejora de la calidad establece objetivos de calidad y nos ayuda a comprobar cómo vamos. Además, revisamos la calidad y la seguridad de nuestros servicios y atención. Les preguntamos a nuestros miembros si están satisfechos con su atención.

Obtenga más información y vea cómo nos desempeñamos en **PSHP.com**. También, puede solicitar una versión impresa de un informe. Llame al **1-800-704-1484**.



Do you need help understanding this? If you do, call Peach State's Member Services line at **1-800-704-1484**. If you are hearing impaired, call TDD/TTY **1-800-659-7487**. You can also get this information in large font or an alternative language, or have this information read to you over the phone by calling Member Services.

¿Necesita ayuda para entender esto? Si es así, llame a la línea de Servicios para Miembros de Peach State al **1-800-704-1484**. Si tiene problemas de audición, llame a nuestra línea TDD/TTY al **1-800-659-7487**. Además, puede obtener esta información en letras grandes, en un idioma alternativo, o que le lean esta información por teléfono llamando a Servicios para miembros.

Publicado por Manifest LLC. © 2019. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso expreso y por escrito de la editorial. La información en esta publicación es para complementar las recomendaciones de su proveedor de atención médica, no para sustituirlas. Consulte a su médico antes de realizar cambios drásticos en su estilo de vida o régimen de atención médica. Manifest no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.





Declaración de no discriminación

Peach State Health Plan cumple con las leyes de derechos civiles federales aplicables y no discrimina basándose en la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo. Peach State Health Plan no excluye personas o las trata de manera diferente debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo.

Peach State Health Plan:

Proporciona ayuda y servicios gratuitos a las personas con discapacidad para que se comuniquen eficazmente con nosotros, tales como:

- Intérpretes calificados de lenguaje por señas
- Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)

Proporciona servicios de idiomas a las personas cuyo lenguaje primario no es el inglés, tales como:

- Intérpretes calificados
- Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, comuníquese con Peach State Health Plan a [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

Si considera que Peach State Health Plan no le ha proporcionado estos servicios, o en cierto modo le ha discriminado debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante: Peach State Health Plan Complaints Department, 1100 Circle 75 Parkway, Suite 1100, Atlanta, GA 30339, [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)), Fax 1-855-678-6982. Usted puede presentar una queja en persona, por correo, fax, o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, Peach State Health Plan está disponible para brindarle ayuda. También puede presentar una queja de violación a sus derechos civiles ante la Oficina de derechos civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services), en forma electrónica a través del portal de quejas de la Oficina de derechos civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo o vía telefónica llamando al: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).

Los formularios de queja están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Language Assistance

Interpreter services are provided free of charge to you. Peach State Health Plan has a telephone language line available 24 hours a day, 7 days a week. Are you hearing impaired? If so, we can help you. Call: [TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056).

Español (Spanish):

Si usted, o alguien a quien está ayudando, tiene preguntas acerca de Peach State Health Plan, tiene derecho a obtener ayuda e información en su idioma sin costo alguno. Para hablar con un intérprete, llame al [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

Tiếng Việt (Vietnamese):

Nếu quý vị, hay người mà quý vị đang giúp đỡ, có câu hỏi về Peach State Health Plan, quý vị sẽ có quyền được giúp và có thêm thông tin bằng ngôn ngữ của mình miễn phí. Để nói chuyện với một thông dịch viên, xin gọi [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

한국어 (Korean):

만약 귀하 또는 귀하가 돕고 있는 어떤 사람이 Peach State Health Plan 에 관해서 질문이 있다면 귀하는 그러한 도움과 정보를 귀하의 언어로 비용 부담없이 얻을 수 있는 권리가 있습니다. 그렇게 통역사와 얘기하기 위해서는 [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) 로 전화하십시오.

中文 (Chinese):

如果您，或是您正在協助的對象，有關於 Peach State Health Plan 方面的問題，您有權利免費以您的母語得到幫助和訊息。如果要與一位翻譯員講話，請撥電話 [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056))。

ગુજરાતી (Gujarati):

જે તમને અથવા તમે જેમની મદદ કરી રહ્યા હોય તેમને, Peach State Health Plan વિશે કોઈ પ્રશ્ન હોય તો તમને, કોઈ ખર્ચ વિના તમારી ભાષામાં મદદ અને માહિતી પ્રાપ્ત કરવાનો અધિકાર છે. દુભાષિયા સાથે વાત કરવા માટે [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) ઉપર કોલ કરો.

Français (French):

Si vous-même ou une personne que vous aidez avez des questions à propos d’Peach State Health Plan, vous avez le droit de bénéficier gratuitement d’aide et d’informations dans votre langue. Pour parler à un interprète, appelez le [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

አማርኛ (Amharic):

እርስዎ ወይም እርስዎ የሚርዱት ሰው ስለ Peach State Health Plan ግብር ጥያቄ ካለዎት ያለምንም ወጪ በቋንቋዎ ድጋፍ እንዲሁም መረጃ የማግኘት መብት አለዎት፡ ፡ አስተርጓሚ ለማነጋገር በ [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) ይደውሉ፤ ፤

हिंदी (Hindi):

आप या जिसकी आप मदद कर रहे हैं उनके, Peach State Health Plan के बारे में कोई सवाल हों, तो आपको बिना किसी खर्च के अपनी भाषा में मदद और जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है। किसी दुभाषिये से बात करने के लिए [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) ([TTY/TDD 1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) पर कॉल करें।

Kreyòl (French Creole):

Si oumenm, oubyen yon moun w ap ede, gen kesyon nou ta renmen poze sou Peach State Health Plan, ou gen tout dwa pou w jwenn èd ak enfòmasyon nan lang manman w san sa pa koute w anyen. Pou w pale avèk yon entèprèt, sonnen nimewo [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

Русский язык (Russian):

В случае возникновения у вас или у лица, которому вы помогаете, каких-либо вопросов о программе страхования Peach State Health Plan вы имеете право получить бесплатную помощь и информацию на своем родном языке. Чтобы поговорить с переводчиком, позвоните по телефону [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

ةيبرعلا (Arabic):

لوصلحلا يف قحلا لكيدل، Peach State Health Plan لوح ةلئسأ مدعاست صخش يدل وأ لكيدل ناك اذا لب لصتا مجرتم عم ثدحتلل. ةفلكت ةيأ نود نم كئغلب ةيرورضل تامولعمل او ةدعاسملا يدع 1484-704-800-1 (0056-255-800-1 TTY/TDD).

Português (Portuguese):

Se você, ou alguém a quem você está ajudando, tem perguntas sobre o Peach State Health Plan, você tem o direito de obter ajuda e informação em seu idioma e sem custos. Para falar com um intérprete, ligue para [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)).

يسراف (Persian):

قح ني زا، ديراد Peach State Health Plan دروم رد يل اؤس دينك يم كمك وا هب هك يسك اي، امش رگا ندرک تبحص يارب. دينك تفايرد دوخ نابز هب ناگيار تروصب ار تاخالطا و كمك هك دي رادرخرب دي ريگب سامت 1484-704-800-1 (0056-255-800-1 TTY/TDD) هرامش اب مجرتم اب

Deutsch (German):

Falls Sie oder jemand, dem Sie helfen, Fragen zu Peach State Health Plan hat, haben Sie das Recht, kostenlose Hilfe und Informationen in Ihrer Sprache zu erhalten. Um mit einem Dolmetscher zu sprechen, rufen Sie bitte die Nummer [1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) an.

日本語 (Japanese):

Peach State Health Plan について何かご質問がございましたらご連絡ください。ご希望の言語によるサポートや情報を無料でご提供いたします。通訳が必要な場合は、[1-800-704-1484](tel:1-800-704-1484) (TTY/TDD [1-800-255-0056](tel:1-800-255-0056)) までお電話ください。