



Lo último en atención médica

Las opciones de atención médica pueden cambiar con el tiempo. Cada año salen a la venta nuevos medicamentos, pruebas y cirugías. Peach State Health Plan busca lo último en la atención médica y nos aseguramos de que los tratamientos nuevos sean seguros. Peach State Health Plan tiene un equipo de médicos que revisa los nuevos productos y servicios médicos para personas con determinadas enfermedades. El equipo revisa información de otros médicos y grupos científicos. Luego, se comparte con nuestros médicos la atención médica nueva que se encuentra cubierta por Medicaid. Esto permite que los médicos de Peach State Health Plan le brinden los tipos de atención más adecuados y actualizados.

No todos los tipos de atención están cubiertos para todos los pacientes. Algunos pacientes pueden beneficiarse más de ciertos tratamientos. Cubrimos la atención que es médicamente necesaria.

¿Tiene preguntas? Llame a Servicios para Miembros al **1-800-704-1484**.

Estamos aquí para ayudarlo

¿Tiene preguntas sobre su atención médica? Nuestro sitio web puede ayudarlo. Diríjase a **PSHP.com** para obtener más información. Puede encontrar:

- Información sobre salud
- Información sobre su plan de salud
- Una copia del manual para miembros

También puede llamarnos para hacernos preguntas. Llame al **1-800-704-1484**. Podemos ayudarlo a:

- Encontrar un médico
- Obtener servicios de traducción para sus citas médicas
- Obtener traslado para sus citas



Atención de calidad

Deseamos mejorar la salud de todos nuestros miembros. Nuestro programa de Mejora de la Calidad nos ayuda a hacerlo. Verificamos nuestro desempeño estableciendo metas de calidad. También revisamos la calidad y la seguridad de nuestros servicios y atención.

Revisamos la atención brindada en todos los niveles, incluida la atención de emergencia, la atención primaria y la atención especializada. Asimismo, nos aseguramos de ayudar a los miembros con diferentes necesidades étnicas, culturales, religiosas y lingüísticas.

Obtenga más información y vea cómo nos desempeñamos en PSHP.com. Puede solicitar una copia impresa del último informe de mejora de la calidad. Llame al **1-800-704-1484**.

¿Está listo para la temporada de gripe?

La gripe es una enfermedad que ocurre por temporadas. La temporada de gripe puede comenzar en octubre y terminar en mayo. Para algunas personas, la gripe no es muy grave. Para otros, puede llevar a la hospitalización e incluso a la muerte. La vacuna contra la gripe es una manera de protegerse contra esta enfermedad. A continuación, se indican tres cosas que debe saber sobre la vacuna:

1. La vacuna contra la gripe no le contagiará la enfermedad.
2. El virus cambia todos los años. Por lo tanto, cada año se necesita una nueva vacuna.
3. Todas las personas mayores de 6 meses de edad deben vacunarse. Hable con su médico si usted tiene alergia a los huevos o a cualquiera de los ingredientes de la vacuna.

La vacuna contra la gripe está disponible sin costo alguno para los miembros. Si necesita ayuda para saber en dónde obtener una, llame a Peach State Health Plan.

Para obtener respuestas a sus preguntas sobre su salud, llame a nuestra línea de asesoramiento de enfermería al **1-800-704-1484**. Puede llamar las 24 horas del día, los siete días de la semana. Recuerde llamar al **911** para cualquier emergencia o crisis.





Pruebas de detección para mujeres

¿Qué son las pruebas de detección? Son pruebas que pueden salvarle la vida. Detectan problemas médicos como el cáncer, así como enfermedades en su etapa temprana, cuando son más fáciles de tratar.

A continuación, se indican cuatro pruebas de detección para mujeres:

Enfermedad	Prueba de detección	Información
Cáncer de mama	Mamografía	Con frecuencia, la prueba comienza a realizarse a los 40 o 45 años. Se repite todos los años.
Cáncer de cuello uterino	Prueba de Papanicolaou	La prueba comienza a realizarse a los 21 años, en mujeres que son sexualmente activas. Se repite cada tres años o según recomendación médica.
Cáncer de colon	Examen coprológico o colonoscopia	Con frecuencia, la prueba comienza a realizarse a los 50 años. El examen coprológico se repite cada uno a tres años, y la colonoscopia cada 10 años.
Infecciones de transmisión sexual como el VIH y la clamidia	Prueba de Papanicolaou o prueba de sangre	Las mujeres sexualmente activas deben hacerse la prueba con regularidad.

¿Tiene preguntas? Hable con su proveedor sobre las pruebas de detección que pueda necesitar.

Conozca su riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular

¿Está en riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular? A continuación, se indican algunos factores de riesgo que puede controlar:

- Tener presión arterial alta, diabetes, enfermedades arteriales, ritmo cardíaco irregular, otras enfermedades cardíacas o anemia falciforme.
- Fumar cigarrillos
- Consumir una dieta alta en grasas saturadas, grasas trans y colesterol
- No hacer ejercicios
- Ingerir demasiadas bebidas alcohólicas

A continuación, se indican algunos factores de riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular, los cuales no puede controlar:

- Tener más de 55 años
- Ser mujer
- Tener antecedentes familiares de accidente cerebrovascular
- Tener antecedentes de un accidente cerebrovascular o ataque cardíaco previo.
- Ser afroamericano

Puede obtener más información en strokeassociation.org/STROKEORG.





Valoramos su tiempo

¿Cuánto tiempo puede esperar para obtener su cita de atención médica?

Peach State Health Plan trabaja 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.
- Para la atención de cuidados especializados, será atendido en un plazo de 30 días.
- Una vez en la sala de espera, deberían llevarlo al consultorio en menos de una hora a partir de la hora programada para su cita.

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

Cuidado de sus dientes

La Asociación Dental Americana recomienda que todos los adultos:

- Cepillen sus dientes dos veces al día.
- Usen crema dental que contenga fluoruro.
- Limpiesen el espacio entre los dientes, a diario.
- Eviten bebidas azucaradas y meriendas.

Las consultas odontológicas también son importantes. Los miembros de Medicaid que tienen beneficios y edades entre los 2 y los 20 años, deberían tener al menos una consulta odontológica anual.



Getty Images



Choices for a Healthy Life

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. © 2018. 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 تب حص يارب. دينك تفاي رد 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。