



## ¿Resfrío o gripe? Reciba la atención adecuada

Cuando usted se siente enfermo, quiere recuperarse rápidamente. Los medicamentos de venta sin receta médica pueden tratar los síntomas del resfrío o de la gripe, tales como dolores de cabeza, dolores de garganta y fiebre. Puede que sea tentador pedir antibióticos. Pero los antibióticos no son eficaces contra los virus. Los virus provocan resfriados, gripe y la mayoría de los dolores de garganta y los casos de bronquitis.

Una vacuna anual contra la gripe puede ayudar a evitar la gripe. Todas las personas de 6 meses en adelante deberían recibir la vacuna. Está disponible sin costo alguno.

También puede mantenerse saludable lavándose las manos con frecuencia. Use jabón y agua tibia. Cúbrase la boca y la nariz al estornudar. Evite el contacto con personas que estén enfermas.

Si necesita ayuda para obtener la vacuna contra la gripe, llame a Servicios para Miembros al **1-800-704-1484** o consulte el sitio **www.pshp.com**.

## Nos importa la calidad

Queremos 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 de nuestra atención.

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



## Atención preventiva para las mujeres

Las pruebas de detección ayudan a los médicos a detectar problemas de salud en forma temprana. Con el tratamiento adecuado, también pueden evitar futuros problemas de salud. A continuación, presentamos tres afecciones para las que las mujeres deberían someterse a pruebas de detección:

- 1. Cáncer de mama.** Las mamografías son radiografías para detectar el cáncer.
- 2. Cáncer de cuello uterino.**
  - Las pruebas de Papanicolau detectan el cáncer en el cuello uterino o en el útero.
  - Las pruebas de VPH detectan el virus del papiloma humano. El virus es una de las principales causas del cáncer de cuello uterino.
- 3. Clamidia.** La infección se contagia de una persona a otra durante las relaciones sexuales. Es posible que no provoque síntomas, pero puede causar problemas de salud si no se la trata.

Hable con su médico sobre qué pruebas necesita. Es posible que necesite algunas pruebas cada año. Si necesita ayuda para encontrar un proveedor o programar una cita, llámenos al **1-800-704-1484**.

## Su tiempo importa

¿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.

- En caso de emergencia, será atendido de inmediato.
- Para atención de urgencia o consultas por enfermedad, en menos de 24 horas.
- Para consultas que no sean de urgencia, lo atenderán a más tardar en 14 días.
- Desde la sala de espera, deberían llevarlo al consultorio a menos de 60 minutos de su cita programada.

## Estamos para ayudarlo

Podemos ayudarlo con muchas cosas. Solo llame al **1-800-704-1484** en caso de que:

- Tenga preguntas
- Necesite ayuda para encontrar un médico o programar una cita
- Necesite ayuda para acudir a sus citas
- Necesite una copia de su manual
- Desea una versión impresa de cualquier información en este boletín informativo o en nuestro sitio web, [www.pshp.com](http://www.pshp.com)





## Nueva tecnología

Su salud es importante para nosotros. Peach State Health Plan busca lo último en la atención médica. Pueden ser nuevos medicamentos, pruebas o cirugías. También 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 de grupos científicos. Luego se comparten los nuevos productos y servicios médicos con los médicos de Peach State Health Plan. Esto les permite a los médicos de Peach State Health Plan. brindarle los tipos de atención más adecuados y actualizados.



**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. © 2017. 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.



GAC\_Sp\_H



## 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>.