

HEALTHY moves



SUMMER/VERANO 2013

» Find us online! ¡Encuéntrenos en línea!
www.homestatehealth.com

Sus registros de salud están seguros

Sus detalles médicos se llaman "PHI". PHI son las siglas en inglés de "información de salud protegida". Mantenemos segura su información personal.

Cumplimos con las leyes del estado para conservar la privacidad de su información. Además, seguimos la "Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico de 1996" (HIPAA, por sus siglas en inglés).

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN: Lea la notificación de privacidad completa en su Manual para miembros o en nuestro sitio web, www.homestatehealth.com.



Your Health Records Are Safe

Your medical details are called "PHI." That stands for "protected health information." We keep this personal information safe for you.

We follow state laws to keep your info private. We also follow a law called

"Health Insurance Portability and Accountability Act of 1996 (HIPAA)."

LEARN MORE. Read the complete privacy notice in your Member Handbook or on our website, at www.homestatehealth.com.

Quick Tip for Parents

Even healthy kids must see the doctor every year. The doctor will make sure your children stay up to date with vaccines. It's also a good time for you and your kids to ask questions about their growth. Call to schedule your child's checkup, also called a "well-child visit." Then, talk to your doctor about the list of vaccines below:

AGE	SHOT (IMMUNIZATION)
Birth	HepB*
2 months	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB
4 months	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB*
6 months	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB
12-15 months	Hib, PCV, MMR, Varicella, HepA
15-18 months	DTaP**
19-23 months	HepA
4-6 years	DTaP, IPV, MMR, Varicella
7-10 years catch-up	Tdap, HepB, IPV, MMR, Varicella, HepA
11-12 years	Tdap, MCV4 (1 dose), HPV (3 doses)
11-12 years catch-up	HepB, IPV, MMR, Varicella, HepA
13-18 years catch-up	Tdap, MCV4 (1 dose, Booster at 16), HPV, HepB, IPV, MMR, Varicella, HepA
19 years	HPV-females (3 doses), HPV-males (3 doses) MMR***
Every year	Influenza (after 6 months)

* If the birth dose of HepB is given, the 4 month dose may be omitted.

** Can be given as early as 12 months, if there are six months since third dose.

*** Recommended for those who lack documentation of vaccination or have no evidence of previous infection.



Feeling Sad?

There are lots of reasons people feel unhappy. Bills. Trouble at work. Worries at home.

Do you feel sad or angry? You are not alone. And you don't need to take it out on your family. Drugs and alcohol are not the answer.

Talk to your doctor or call Home State Health Plan at **1-855-694-HOME (4663)**. Home State's partner, Cenpatico, connects members with community support, Primary Care Physicians, and therapists.

» **Talk to your doctor or call: 1-855-694-HOME (4663).**

What Is "Utilization Management"?

Utilization management is how we make decisions about paying for care and services.

What are these choices based on?

- ▶ What is covered.
- ▶ If the service is needed.
- ▶ If the service works well.
- ▶ If the service is right for you.

How do we make these choices? We use information from many doctors. We do not reward doctors or staff for saying no to care.

Do you have questions? Call our utilization management team at **1-855-694-HOME (4663)**. If you are hard of hearing, use the TDD/TTY number at **1-877-250-6113**. We also offer language assistance if you need it.



¿Qué significa “Administración de la utilización”?

La "Administración de la utilización" es la forma en la que tomamos decisiones sobre el pago del cuidado y los servicios.

¿En qué se basan estas decisiones?

- ▶ Qué está cubierto.
- ▶ Si el servicio es necesario.
- ▶ Si el servicio funciona bien.
- ▶ Si el servicio es el adecuado para usted.

¿Cómo tomamos estas decisiones? Utilizamos la información de varios médicos. No recompensamos a los médicos ni al personal por denegar la atención.

¿Tiene preguntas? Llame a nuestro equipo de administración de la utilización al **1-855-694-HOME (4663)**. Si tiene limitaciones auditivas, use el número de TDD/TTY llamando al **1-877-250-6113**. También ofrecemos asistencia con el idioma si la necesita.

¿SE SIENTE TRISTE?

Hay muchos motivos por los cuales una persona se siente triste. Las facturas. Problemas en el trabajo. Preocupaciones del hogar.

¿Se siente triste o enojado? No está solo. No tiene que desquitarse con su familia. Las drogas y el alcohol no son la respuesta.

Converse con su médico o llame al plan de salud Home State Health Plan al **1-855-694-HOME (4663)**. El socio de Home State, Cenpatico, conecta a los miembros con apoyo comunitario, médicos de atención primaria y terapeuta.

Consejo rápido para padres

Incluso los niños saludables deben ver al médico todos los años. El médico se asegurará de que sus hijos estén al día con las vacunas. También es un buen momento para que usted y sus hijos hagan

preguntas sobre su crecimiento. Llame para programar el chequeo de su hijo, que también se llama “control del niño sano”. Luego, hable con su médico sobre la lista de vacunas que aparecen abajo:



CONVERSE CON SU MÉDICO O LLAME AL: 1-855-694-HOME (4663).

EDAD	VACUNA (INMUNIZACIÓN)
Nacimiento	HepB*
2 meses	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB
4 meses	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB*
6 meses	DTaP, Hib, IPV, PCV, RV, HepB
12 a 15 meses	Hib, PCV, MMR, Varicela, HepA
15 a 18 meses	DTaP**
19 a 23 meses	HepA
4 a 6 años	DTaP, IPV, MMR, Varicela
Actualización entre los 7 a 10 años	Tdap, HepB, IPV, MMR, Varicela, HepA
11 a 12 años	Tdap, MCV4 (1 dosis), VPH (3 dosis)
Actualización entre los 11 a 12 años	HepB, IPV, MMR, Varicela, HepA
Actualización entre los 13 a 18 años	Tdap, MCV4 (1 dosis, refuerzo a los 16), VPH, HepB, IPV, MMR, Varicela, HepA
19 años	VPH—mujeres (3 dosis), VPH—hombres (3 dosis), MMR***
Cada año	Gripe (después de los 6 meses)

* Si se administra la dosis de HepB al nacer, se puede omitir la dosis de los 4 meses.

** Se puede administrar desde los 12 meses, si pasaron seis meses desde la tercera dosis.

*** Recomendada para las personas que no tienen documentación de vacunas o no tienen evidencias de infección previa.



INSIDE: Quick Tip for Parents
EN EL INTERIOR: Consejo rápido para padres

Estamos aquí para **ayudar**

Servicios para Miembros puede ayudarlo con muchas cosas. Solo llame a Servicios para Miembros de Home State Health Plan al **1-855-694-HOME (4663)** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier tema de nuestro sitio web, **www.homestatehealth.com**.
- ▶ Ayuda para programar citas médicas.
- ▶ Transporte para sus citas. (Llame al menos 3 días hábiles antes de su cita).

We Are Here to **Help**

Member Services can help you with many things. Just call Home State Health Plan Member Services at **1-855-694-HOME (4663)** if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our website, **www.homestatehealth.com**.
- ▶ Help making health appointments.
- ▶ A ride to your appointments. (Please call at least 3 business days before your appointment.)



Published by McMurry/TMG, LLC. © 2013. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurry/TMG makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por McMurry/TMG, LLC. © 2013. 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. McMurry/TMG no avala ni da garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.

HSH_H



Approved: December 6, 2013
HSH14019