

HEALTHY moves



FALL/OTOÑO 2013

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

Llámenos

Podemos ayudarle con muchas cosas. Solo llame a nuestro departamento de Servicios para Miembros al **1-855-694-HOME (4663)**.

- ▶ Una versión impresa de cualquier sección de nuestro sitio web, www.homestatehealth.com.
- ▶ Ayuda para programar citas médicas.
- ▶ Transporte en el mismo día* para las visitas a médicos de atención primaria (PCP, por su sigla en inglés) o para las visitas al obstetra de mujeres embarazadas. Llame al menos 1 hora antes de la cita.
- ▶ Respuestas a sus preguntas sobre la atención médica y sus beneficios.

**Para los miembros que reciben transporte como un beneficio cubierto.*



Give Us a Call

We can help you with many things. Just call our Member Services at **1-855-694-HOME (4663)**.

- ▶ A paper copy of anything on our website, www.homestatehealth.com.
- ▶ Help making health appointments.

- ▶ Same-day transportation* for visits with Primary Care Physicians (PCP) and OB visits for pregnant women. Call at least 1 hour before your appointment.
- ▶ Answers to your questions about healthcare and your benefits.

**For our members receiving transportation as a covered benefit*



IT'S TIME: Get Your Flu Shot

Who needs a flu shot? Everyone who is six months and older—especially pregnant women and older adults.

Getting a flu shot is a smart, simple way to help protect your family. A flu vaccination is at no cost to Home State members. It's safe. And it won't give you the flu.

Call your doctor about getting your flu shot. We can help too. Call **1-855-694-HOME (4663)**.

Manage Your Diabetes

Call your doctor today to schedule your health screenings and tests. Remember, poor diabetes care can lead to:

- ▶ Blindness
- ▶ Kidney disease
- ▶ Heart disease
- ▶ Diabetic amputation

SCHEDULE AN ANNUAL PHYSICAL

Everyone 21-years-old or younger should see a doctor for a checkup once a year. They will check your or your child's overall health.



When You Can Expect Care

Nobody likes to wait, especially for healthcare. Home State wants you to have the right care at the right time. So we work with doctors and providers to set standards for how long you have to wait for care.

WHEN YOU CALL TO BOOK AN APPOINTMENT

To help you plan, here is how long you may have to wait for an appointment:

PRIMARY CARE PHYSICIANS (PCPS)	
Child or Adult Care With No Symptoms:	No more than 30 days
Child or Adult Care With Symptoms:	Within one week or five (5) business days, whichever is earlier
Emergency Visits:	Immediately upon presentation
Urgent Care:	Within 24 hours
BEHAVIORAL HEALTH PROVIDERS	
Non-Life-Threatening Emergency Care:	Immediately
After Hospital Discharge:	Within seven (7) days after hospital discharge
PREGNANT WOMEN	
First Trimester Appointments:	Within seven (7) calendar days of first request
Second Trimester Appointments:	Within seven (7) calendar days of first request
Third Trimester Appointments:	Within three (3) calendar days of first request
High Risk Pregnancies:	Within three (3) calendar days of identification of high risk, or immediately if an emergency exists

WHEN YOU ARE SITTING IN THE WAITING ROOM

You should be taken to the exam room within one hour from your scheduled appointment time.

We Care About Quality

We want to improve the health of all members. Our Quality Improvement Program (QI Program) helps us do this.

The program looks at the quality and safety of our services. It reviews the care we give to members. This includes medical, behavioral health, dental and vision care.

We also set standards and goals for our quality. Our quality goals include:

- ▶ Making sure that our members have access to quality health in a timely manner.

- ▶ Working with members to let them know when they should make PCP, dental and vision appointments.
- ▶ Working with our network of providers to make sure that members know about any medical services that they need to stay healthy.

Learn more and see how we're doing. Call **1-855-694-HOME (4663)** to ask for a paper copy of the program's work.

Nos importa la calidad

Deseamos mejorar la salud de todos los miembros. Nuestro programa de mejora de la calidad (programa QI, por sus siglas en inglés) nos ayuda a lograrlo.

El programa examina la calidad y seguridad de nuestros servicios. Revisa la atención que les brindamos a los miembros. Esto incluye la atención médica, de la salud del comportamiento, dental y de la visión.

También establecemos estándares y objetivos de calidad. Nuestros objetivos de calidad incluyen:

- ▶ Garantizar que nuestros miembros

tengan acceso a servicios de salud de calidad de manera oportuna.

- ▶ Trabajar con los miembros para informarles cuándo deben programar citas dentales, de la visión y con el PCP.
- ▶ Trabajar con la red de proveedores para garantizar que los miembros sepan sobre los servicios médicos que necesitan para permanecer saludables.

Obtener más información y saber cómo nos desempeñamos. Llame al **1-855-694-HOME (4663)** para pedir una versión impresa del trabajo del programa.

Cuánto puede esperar por la atención

A nadie le gusta esperar, especialmente para recibir atención médica. Home State desea que usted reciba la atención apropiada en el momento adecuado. Por eso trabajamos con médicos y proveedores para establecer pautas sobre cuánto tiempo tiene que esperar para que lo atiendan.

CUANDO LLAME PARA PROGRAMAR UNA CITA

Para ayudarlo a planificar, a continuación presentamos cuánto tiempo quizá deba esperar para una cita:

MÉDICOS DE ATENCIÓN PRIMARIA (PCP)	
Atención pediátrica o para adultos sin síntomas:	No más de 30 días
Atención pediátrica o para adultos con síntomas:	Dentro de la semana o cinco (5) días hábiles, lo que ocurra primero
Visitas de emergencia:	Inmediatamente en cuanto se presente
Atención de urgencia:	Dentro de las 24 horas
PROVEEDORES DE SERVICIOS DE SALUD DEL COMPORTAMIENTO	
Atención de emergencia en caso de una afección que no representa un riesgo de vida:	Inmediatamente
Después del alta hospitalaria:	Dentro de los siete (7) días después del alta hospitalaria
MUJERES EMBARAZADAS	
Citas en el primer trimestre:	Dentro de los siete (7) días calendario de la primera solicitud
Citas en el segundo trimestre:	Dentro de los siete (7) días calendario de la primera solicitud
Citas en el tercer trimestre:	Dentro de los tres (3) días calendario de la primera solicitud
Embarazos de alto riesgo:	Dentro de los tres (3) días calendario de la identificación del riesgo alto o inmediatamente si existe una emergencia

CUANDO ESTÁ ESPERANDO EN LA SALA DE ESPERA

Debería ingresar al consultorio dentro de la hora del horario de la consulta programada.

LLEGÓ LA HORA: Vacúnese contra la gripe

¿Quién necesita una vacuna contra la gripe? Todas las personas de seis meses en adelante, especialmente las mujeres embarazadas y los adultos mayores.

Vacunarse contra la gripe es una manera inteligente y sencilla de proteger a su familia. La vacuna contra la gripe es gratis para los miembros de Home State. No presenta riesgos. Y no se contagiará de gripe.

Llame a su médico y pregunte por la vacuna contra la gripe. También podemos ayudarlo. Llame al **1-855-694-HOME (4663)**.

» CONTROLE SU DIABETES

Llame a su médico hoy para programar análisis y pruebas de detección de la salud. Recuerde: un mal cuidado de la diabetes puede provocar:

- ▶ Ceguera
- ▶ Enfermedad renal
- ▶ Enfermedad cardíaca
- ▶ Amputación como consecuencia de la diabetes

Programe un examen físico anual

Todas las personas de 21 años o menos deben ver al médico para realizarse un chequeo una vez al año. Controlarán su estado de salud en general o el de su hijo.



INSIDE: When You
Can Expect Care

EN EL INTERIOR:
Cuánto puede esperar
por la atención

Hable con su PCP sobre las pruebas de **detección del cáncer**

Puede disminuir las posibilidades de enfermarse de cáncer si toma decisiones saludables. No fumar, comer bien, estar activo y hacerse chequeos de salud en forma periódica son decisiones de vida saludable. Pero realizarse la prueba de detección del cáncer también es importante. Visite www.cancer.org y obtenga información sobre qué pruebas de detección del cáncer recomienda la Sociedad Americana de Cáncer (American Cancer Society).

Talk to Your PCP About Cancer **Screenings**

You can lower your chances of getting cancer by making healthy choices. Not smoking, eating right, becoming active and regular health checkups are healthy life choices. But, getting screened for cancer is also important. Go to www.cancer.org, and learn which cancer screenings are recommended by the American Cancer Society.



Published by McMurry/TMG, LLC. © 2014. 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. © 2014. 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: January 6, 2014
HSHP 14057