

# HEALTHY moves



superior  
healthplan™

SPRING / PRIMAVERA 2015

FIND US ONLINE! ¡VISÍTENOS EN LÍNEA! WWW.SUPERIORHEALTHPLAN.COM

## ¿Su plan de acción para el asma está actualizado?

Lleva trabajo ocuparse de su asma. Pero puede vivir una vida plena si controla el asma.

Trabaje con su médico para establecer un plan de acción para el asma. Tome sus medicamentos según lo indicado. Asegúrese de surtir sus medicamentos todos los meses. Llame al su médico si tiene dificultades con sus medicamentos o si sufre de ataques de asma.

La próxima vez que vea a su médico hágale las siguientes tres preguntas:

1. ¿Estoy tomando mi medicamento de forma correcta?
2. ¿Cuándo debo tomar el medicamento?
3. ¿Cuándo debo llamar?

Superior también puede ayudarlo a controlar su asma. Llame a Servicios para Miembros o visite [www.SuperiorHealthPlan.com](http://www.SuperiorHealthPlan.com) para obtener más información. Solo haga clic sobre "Para miembros" y "Manténgase saludable" para ver el plan de acción para el asma que ofrece Superior.



## Is your **asthma action plan** up to date?

**It takes work** to care for your asthma. But you can live a full and happy life if you keep your asthma under control.

Work with your doctor to make an asthma action plan. Take your medicine as prescribed. Make sure to get your medicine filled each month. Call your doctor if you are having a hard time with your medication or if you are having asthma attacks.

Ask these three questions the next time you see your doctor:

1. Am I using my medicine the right way?
2. When do I need to use the medicine?
3. When do I need to call you?

Superior can also help you manage your asthma. Call Member Services or visit [www.SuperiorHealthPlan.com](http://www.SuperiorHealthPlan.com). Just click on "For Members" and "Stay Healthy" to see the asthma action plan offered by Superior.

## We can help you feel better

Do you live with many illnesses? Maybe you have diabetes or high blood pressure? Do you have a complex condition, such as cancer or a chronic lung disease?

Our case management team can help. The team is made up of nurses and social workers. They can help you understand how to better take care of yourself. They will also provide you with resources that can help you get the best care possible.

Use case management to:

- ▶ Help find doctors and other Providers, including mental health doctors and specialists.
- ▶ Help get services that are covered by Superior, such as medical equipment or home health.
- ▶ Work with your doctor to help you stay healthy.
- ▶ Show you resources in your community.

If you are interested in case management, you or your doctor should call Member Services.

## What is disease management?

Disease management programs can help you live healthier. These programs can help you manage a long-term illness like diabetes or asthma. Call Superior or talk to your doctor about these programs.

# Is your child seeing the right doctor?

**As your children grow**, make sure they are seeing the right doctor.

Your child's needs may change as he or she grows. If your child is seeing a pediatrician now, it may be time to change to an adult doctor.

Talk with your child's current doctor, who can help you decide if your child needs a new doctor. He or she can help make sure there are no breaks

in your child's care. Superior can also help Members find the right doctor for their care.

It is important for kids to see the doctor at least once a year. If you need help finding a doctor or making an appointment, call Member Services at **1-800-783-5386**.

We are here to help you with your child's health needs.

## PHARMACY FACTS

- 1 The formulary is the list of drugs that Superior covers.
- 2 You can find the latest formulary at **www.SuperiorHealthPlan.com**. You can also call Member Services to find out if a drug is covered.
- 3 Your doctor or pharmacist can help you review the formulary. They can find the right medication for you that is covered.

## You have rights and responsibilities

We all expect to receive good health care from our health plan. There are also conditions our health plan expects from us. These conditions are called rights and responsibilities. They cover your treatment, privacy and access to information.

You can read all the rights and responsibilities in your Member Handbook.

Here are a few important rights:

- ▶ Getting easy-to-understand information about your health plan.
- ▶ Being able to choose a Primary Care Provider.
- ▶ Being able to participate in your or your child's health care decisions.
- ▶ Being treated with respect.
- ▶ Knowing that your medical information will be kept private.
- ▶ Being able to file an appeal or complaint.

Some of your responsibilities are:

- ▶ Asking questions if you don't understand your rights.
- ▶ Keeping your scheduled appointments.
- ▶ Doing your best to stay healthy.
- ▶ Learning and following Medicaid and Superior's rules.
- ▶ Working with your Provider to decide what treatments are best.

Check your Member Handbook for the full list or visit **www.SuperiorHealthPlan.com** and click on "Medicaid Members," then "Resources" and "Member Handbooks." Call Member Services if you need a paper copy of the Member Handbook.

## Usted tiene derechos y responsabilidades

Todos esperamos recibir una buena atención médica de nuestro plan médico. También hay condiciones que nuestro plan médico espera de usted. A estas condiciones se las llaman derechos y responsabilidades. Abarcan su tratamiento, su privacidad y el acceso a la información.

Puede leer todos los derechos y responsabilidades en el Manual para miembros. A continuación hay algunos derechos importantes:

- ▶ Obtener información fácil de comprender acerca de su plan de salud.
- ▶ Ser capaz de escoger a un Proveedor de Atención Primaria.
- ▶ Ser capaz de participar en sus decisiones de atención médica o en las de su hijo.
- ▶ Ser tratado con respeto.
- ▶ Saber que su información médica se mantendrá en privado.

- ▶ Tener la posibilidad de presentar una apelación o una queja.

Algunas de sus responsabilidades son:

- ▶ Hacer preguntas si no comprende sus derechos.
- ▶ Cumplir con sus citas programadas.
- ▶ Hacer lo mejor que pueda para estar saludable.
- ▶ Conocer y respetar las normas de Medicaid y de Superior.
- ▶ Trabajar con su Proveedor para decidir qué tratamientos son mejores.

Revise su Manual para miembros o visite [www.SuperiorHealthPlan.com](http://www.SuperiorHealthPlan.com) para consultar la lista completa y haga clic sobre “Miembros de Medicaid”, luego sobre “Recursos” y “Manuales para Miembros”. Llame a Servicios para Miembros si necesita una versión impresa del manual para miembros.

## ¿Qué es el manejo de enfermedades?

Los programas de manejo de enfermedades pueden ayudarle a vivir más saludablemente. Estos programas pueden ayudarle a manejar una enfermedad a largo plazo, como la diabetes o el asma. Llame a Superior o hable con su médico acerca de estos programas.

## ¿Su hijo consulta al médico adecuado?

**A medida que** los niños crecen, asegúrese de que ellos consulten al médico adecuado.

Las necesidades de su hijo pueden cambiar a medida que crece. Si su hijo actualmente consulta a un pediatra, quizá haya llegado el momento de cambiar a un médico para adultos.

Hable con el médico actual de su hijo, quien puede ayudarle a decidir si su hijo necesita otro médico. Puede ayudarle a que no se

interrumpa la atención de su hijo. Superior también puede ayudar a los miembros a encontrar el médico adecuado para su atención.

Es importante que los niños consulten al médico una vez al año como mínimo. Si necesita ayuda para encontrar un médico o programar una cita, llame a Servicios para Miembros al **1-800-783-5386**.

Estamos aquí para ayudar con las necesidades de salud de su hijo.

## Podemos ayudarle a que se sienta mejor

¿Vive con muchas enfermedades?

¿Quizá tiene diabetes o presión arterial alta? ¿Tiene una afección compleja, tal como cáncer o enfermedad pulmonar crónica?

Nuestro equipo de administración de casos puede ayudarle. El equipo está formado por enfermeros y trabajadores sociales. Puede ayudarle a entender mejor cómo cuidarse.

También le proporcionarán recursos que pueden ayudarle a obtener la mejor atención médica posible.

Use la administración de casos para:

- ▶ Ayudarle a encontrar médicos y otros proveedores, incluso médicos de salud mental y especialistas.
- ▶ Ayudarle a obtener servicios que cubre Superior, como equipo médico o salud en el hogar.
- ▶ Trabajar con su médico para que le ayude a mantenerse saludable.
- ▶ Mostrarle recursos en su comunidad.

Si está interesado en la administración de casos, puede solicitarla usted o su médico llamando a Servicios para Miembros.

## Datos de farmacia

1. El formulario es la lista de medicamentos cubiertos por Superior.
2. Puede encontrar el formulario más actualizado en [www.SuperiorHealthPlan.com](http://www.SuperiorHealthPlan.com). También puede llamar a Servicios para Miembros para consultar si un medicamento está cubierto.
3. Su médico o farmacéutico pueden ayudarle a revisar el formulario. Pueden encontrar el medicamento indicado para usted que esté cubierto.



## MEMBER SERVICES PHONE NUMBERS / TELÉFONO DE SERVICIOS PARA MIEMBROS

STAR, CHIP Member Services:  
**1-800-783-5386**

CHIP RSA Member Services:  
**1-800-820-5685**

STAR+PLUS Member Services:  
**1-866-516-4501**

STAR MRSA Member Services:  
**1-877-644-4494**

Superior HealthPlan TDD/TTY:  
**1-800-735-2989**

## ¡Estamos aquí para ayudar!

En **Superior HealthPlan** nos importa su salud. Díganos cómo podemos ayudarle. Solo llame a Servicios para Miembros si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier sección en nuestra página de Internet, **www.SuperiorHealthPlan.com**.
- ▶ Ayuda para elegir un médico.
- ▶ Ayuda para hacer citas de salud.
- ▶ Traslado a sus citas. (Recuerde llamar al menos 48 horas antes de su cita).

## We are here to help!

At **Superior HealthPlan**, we care about your health. Please let us know how we can help you. Just call Member Services if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our website, **www.SuperiorHealthPlan.com**.
- ▶ Help finding a doctor.
- ▶ Help making health appointments.
- ▶ A ride to your appointments. (Please remember to call at least 48 hours before your appointment.)



Published by McMurry/TMG, LLC. © 2015. 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. Derechos de autor, © 2015. Se reservan todos los derechos. Ningún material de esta publicación podrá reproducirse en su totalidad o en parte sin el permiso expreso y por escrito de la casa editorial. El propósito de la información de esta publicación es de complementar—y no reemplazar—las recomendaciones de su proveedor de atención médica. Consulte a su doctor antes de hacer cualquier cambio importante a su estilo de vida o régimen de cuidado de su salud. McMurry/TMG no hace recomendaciones ni da garantías respecto a ningún producto o servicio mencionado en esta publicación o en los artículos.