

HEALTHY moves



FALL/OTOÑO 2013 | WWW.ILLINICARE.COM



Find us on Facebook!

Búsquenos en Facebook!

www.facebook.com/IlliniCareHP

Nos importa la calidad

Deseamos mejorar la salud de todos los miembros. Nuestro Programa de mejora de la calidad (Programa QI) nos ayuda a lograr esto.

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

- ▶ Atención preventiva
- ▶ Atención de emergencia
- ▶ Atención primaria
- ▶ Atención para especialidades
- ▶ Atención aguda
- ▶ Atención a corto plazo
- ▶ Servicios auxiliares

Obtenga más información y vea cómo nos desempeñamos. Llame al **1-866-329-4701** para pedir una versión impresa del trabajo del programa.



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. It also includes services like these:

- ▶ Preventive care
- ▶ Emergency care
- ▶ Primary care
- ▶ Specialty care
- ▶ Acute care
- ▶ Short-term care
- ▶ Ancillary services

Learn more and see how we're doing. Call **1-866-329-4701** to ask for a paper copy of the program's work.



Give Us a Call

We can help you with many things. Just call our Member Services at **1-866-329-4701** if you need:

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

- ▶ A ride to your appointments. (Call at least 48 hours before your appointment.)
- ▶ Answers to your questions about healthcare and your benefits.

You can also find us on Facebook! facebook.com/IlliniCareHP

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 protect your family. It's also free for most 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 **1-866-329-4701**.

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 and diabetic amputation!

SCHEDULE AN ANNUAL PHYSICAL

If you or your child are 21-years-old or younger, you should see the doctor for a checkup once a year. The visit evaluates you or your child's overall health with a full physical checkup.



When You Can Expect Care

Nobody likes to wait, especially for healthcare. IlliniCare 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)

- ▶ Adult routine care: within 3 weeks
- ▶ Adult preventive care: within 5 weeks
- ▶ Urgent care: within 24 hours

WHEN YOU ARE SITTING IN THE WAITING ROOM

You should be taken to the exam room within 1 hour of your scheduled visit time.

Cuánto puede esperar por la atención:

A nadie le gusta esperar,

especialmente para recibir atención médica. IlliniCare desea que usted reciba la atención apropiada en el momento apropiado. 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:

Médico de atención primaria (PCP)

- ▶ Atención de rutina para adultos: dentro de las 3 semanas
- ▶ Atención preventiva para adultos: dentro de las 5 semanas
- ▶ Atención de urgencia: dentro de las 24 horas

CUANDO ESTÁ ESPERANDO EN LA SALA DE ESPERA...

Debe ingresar al consultorio dentro de la hora del horario programado para la visita.



MANEJE 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 y amputación como consecuencia de la diabetes!

Programe un examen físico anual

Si usted o su hijo tienen 21 años o menos, deben ver al médico para un chequeo una vez al año. En esta visita, se evalúa su estado de salud general o el de su hijo con un chequeo físico completo.

Llegó la hora: Dese la vacuna contra la gripe

¿Quién necesita la vacuna contra la gripe? Todos aquellos de seis meses y más -especialmente las mujeres embarazadas y los adultos mayores.

Darse la vacuna contra la gripe es una manera inteligente y sencilla de proteger a su familia.

¡También es gratuita para la mayoría de los miembros! 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 **1-866-329-4701**.

Llámenos

Podemos ayudarlo con muchas cosas. Solo llame a Servicios para Miembros al **1-866-329-4701** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier tema de nuestro sitio web, www.IlliniCare.com.
- ▶ Ayuda para programar citas médicas.
- ▶ Transporte para sus citas. (Llame al menos 48 horas antes de la cita).
- ▶ Respuestas a sus preguntas sobre la atención médica y sus beneficios.

¡Búsquenos en Facebook!
facebook.com/IlliniCareHP



INSIDE: When You Can Expect Care
EN EL INTERIOR: Cuánto puede esperar por la atención

Cómo ayudar a su **salud**

¿Qué significa “**atención preventiva**”? Es una de las mejores maneras de cuidar su salud. Puede ayudar al médico a encontrar problemas médicos serios. Algunos ejemplos son presión arterial, análisis de colesterol y pruebas de detección del cáncer.

Para las mujeres, atención preventiva incluye pruebas de Papanicolaou y mamografías. Estas son pruebas de detección que pueden salvar su vida. Y no le cuestan nada.

How to Help Your **Health**

What is “**preventive care**”? It’s one of the best ways to take care of your health. It can help your doctor look for serious medical problems. Examples are blood pressure exams, cholesterol tests and cancer screenings.

For women, preventive care includes Pap smears and mammograms. These are screenings that may help save your life. And they don’t cost you anything.

Ask your doctor what preventive care you need.



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.