



## When antibiotics are the right answer

**Parents know** there are many germs passed around this time of year. It seems there is always a flu, a cold or an infection popping up.

You want your kids to feel better quickly. You might think antibiotics are the best cure. Think again.

Antibiotics only help illnesses caused by bacteria. Most colds and flus come from a virus. That means antibiotics *cannot* cure them. Antibiotics *can* treat strep throat, whooping cough and other illnesses.

Discuss your options with the doctor if you or your child does get sick. And help prevent the flu coming to your family by getting a flu shot.

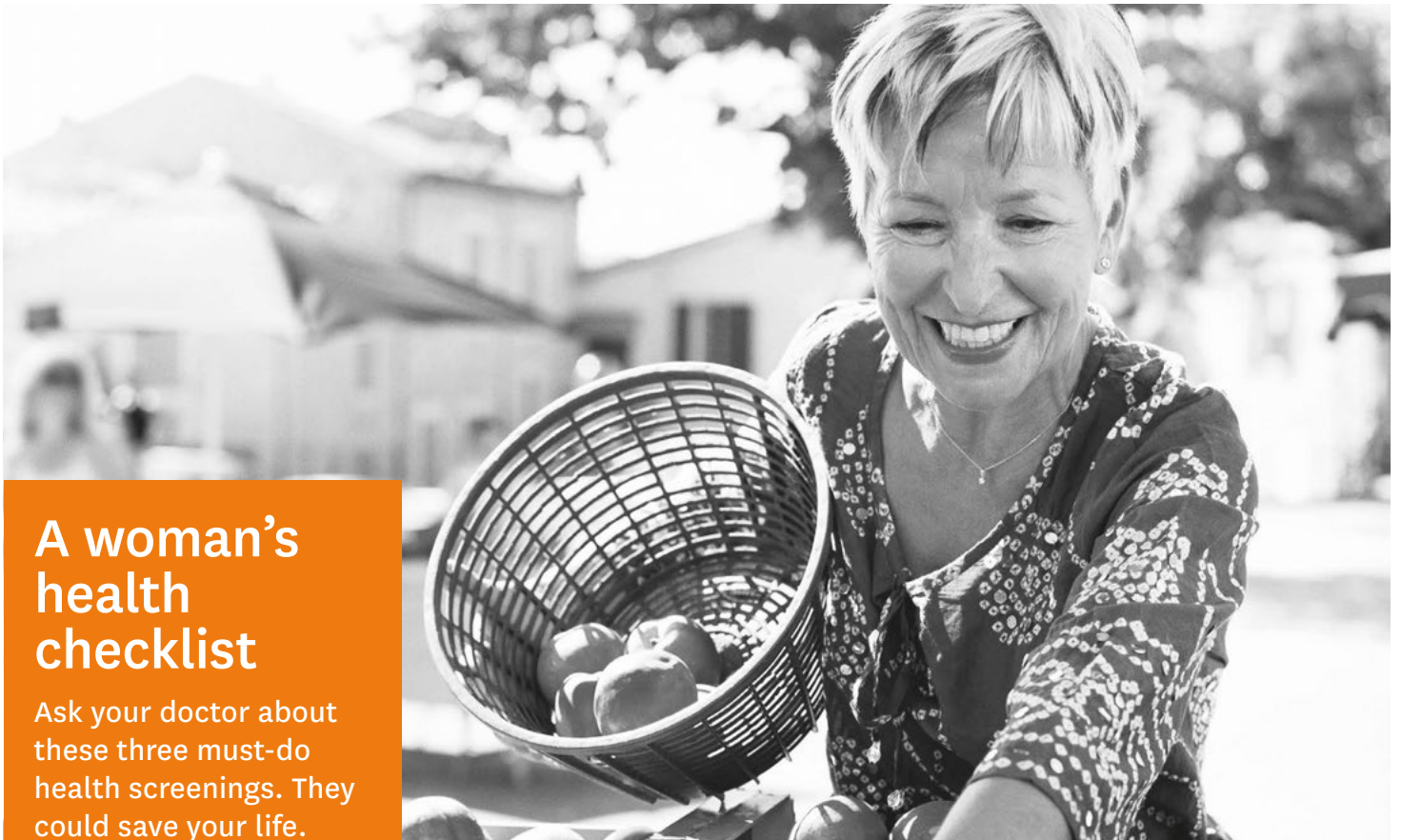
## Cuándo los antibióticos son la respuesta correcta

Los padres saben que muchos gérmenes acechan en esta época del año. Pareciera que siempre surge una gripe, un resfriado o una infección.

Usted quiere que sus hijos se sientan mejor rápidamente y quizás piense que los antibióticos son la mejor cura. Piense de nuevo.

Los antibióticos solo ayudan con las enfermedades causadas por bacterias. La mayoría de los resfriados y gripes provienen de un virus y eso significa que los antibióticos *no pueden curarlos*. Los antibióticos *pueden curar* la faringitis estreptocócica, la tos ferina y otras enfermedades.

Consulte sus opciones con el médico si usted o su hijo se enferman y proteja a su familia con una vacuna contra la gripe.



## A woman's health checklist

Ask your doctor about these three must-do health screenings. They could save your life.

- **Mammogram:** This is an X-ray that looks for signs of breast cancer.
- **Pap test:** This test checks for cancer in your cervix or uterus.
- **Cholesterol test:** This blood test can tell you and your doctor a lot about your heart health.

Talk to your doctor about the best tests and schedule for your health needs.

Call **1-877-644-4623** if you need help finding a doctor or making an appointment.

## Information about your health plan

- **We want you to get quality care:** You deserve quality care. We want to help you get that. Our Quality Improvement (QI) program reviews services from our doctors, hospitals and clinics. Call us or visit **SunflowerHealthPlan.com** to learn more about our QI program.
- **We can help you with appointments:** Doctors do their best to see you when you need to be seen. It depends on why you need to be seen. Below are general guidelines on when you can expect to get an appointment:
  - Urgent care or sick visits within 48 hours
  - Non-urgent visits within 21 days
  - Checkups and physicals for adults and children within 21 daysYou should only have to wait one hour or less in the waiting room. Call Customer Service at **1-877-644-4623** if you have trouble getting an appointment.
- **We are online:** You can find us online at **SunflowerHealthPlan.com**. Search for a provider. Review special member benefits. And review a list of covered medications. If you would like paper copies of anything from our site or your member handbook, call Customer Service at **1-877-644-4623**.
- **We review new technology:** We have a group of physicians and staff who regularly look at new services, treatments and drugs. This team reviews the services to see if they are safe to provide good care for you.

## Lista de control de la salud de la mujer

Pregúntele a su médico sobre estos tres exámenes de salud que debe hacerse, ya que podrían salvarle la vida.

- **Mamografía:** Se trata de una radiografía que busca signos de cáncer de mama.
- **Prueba de Papanicolaou:** Esta prueba detecta el cáncer en el cuello uterino o el útero.
- **Examen de colesterol:** Este análisis de sangre puede decirle mucho a usted y a su médico acerca de la salud de su corazón.

Hable con su médico acerca de las pruebas apropiadas y la planificación de sus necesidades de salud. Llame al **1-877-644-4623** si necesita ayuda para encontrar un médico o programar una cita.



## Información acerca de su plan de salud

- **Queremos que reciba atención de calidad:** Usted se la merece. Queremos ayudarlo a obtenerla. Nuestro programa de Mejoramiento de calidad evalúa los servicios de nuestros médicos, hospitales y clínicas. Llámenos o visite **SunflowerHealthPlan.com** para obtener más información sobre nuestro programa de Mejoramiento de calidad.
- **Podemos ayudarlo con sus citas:** Los médicos hacen todo lo posible por atenderlo cuando necesita que lo atiendan; depende de la razón por la que necesita ser atendido. A continuación se presentan las referencias generales sobre cuándo puede aspirar a obtener una cita:
  - Atención de emergencia o consultas por enfermedad: en un plazo de 48 horas
  - Visitas por casos que no son de emergencia: en un plazo de 21 días
  - Revisiones y exámenes físicos para adultos y niños: en un plazo de 21 díasSolo deberá aguardar una hora o menos en la sala de espera. Llame al Servicio de Atención al Cliente al **1-877-644-4623** si tiene problemas para programar una cita.
- **Estamos en línea:** Puede encontrarnos en línea en **SunflowerHealthPlan.com**. Busque un proveedor. Consulte los beneficios de los miembros especiales y revise la lista de medicamentos cubiertos. Si desea obtener copias impresas de cualquier material que esté en nuestra página web o en su manual de miembro, llame al Servicio de Atención al Cliente al **1-877-644-4623**.
- **Revisamos las nuevas tecnologías:** Tenemos un grupo de médicos y personal que regularmente revisa nuevos servicios, tratamientos y medicamentos. Este equipo revisa los servicios para ver si son seguros y así brindarle una atención de calidad.

Published by Manifest LLC. © 2016. 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. Manifest makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por Manifest LLC. Derechos de autor, © 2016. 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. Manifest no hace recomendaciones ni da garantías respecto a ningún producto o servicio mencionado en esta publicación o en los artículos.



## Four facts about the flu shot

1. The flu shot is recommended for everybody over 6 months old. It's the safest way to prevent the flu.
2. If you are pregnant, you should get the flu vaccine to protect you and your unborn baby.
3. The flu shot is covered. You do not need to pay for it.
4. The flu shot is created new every year. It is made to fight the latest version of the flu.

## Cuatro datos acerca de la vacuna contra la gripe

1. La vacuna contra la gripe se le recomienda a todas las personas que tengan más de 6 meses de edad. Es la forma más segura de prevenir la gripe.
2. Si está embarazada, debe vacunarse contra la gripe para protegerse y proteger a su bebé nonato.
3. La vacuna contra la gripe está cubierta. No debe pagar por ella.
4. Cada año se crea una nueva vacuna contra la gripe con la finalidad de luchar contra la versión más reciente de la gripe.