



## We are here to help you feel better

**Behavioral health problems can happen to anyone.** Conditions include:

- ADHD
- Drug or alcohol abuse
- Bipolar disorder
- Postpartum depression
- Depression

You do not have to struggle alone. Let Sunflower help. There are inpatient and outpatient treatment programs. Treatment may include talking to a therapist or taking medicine. Sunflower also has programs that can help. One program is care management. Call us to find out more about it.

If you feel your life is in danger, call **911**. You can also go to a crisis center or an emergency room. Follow up with your doctor after you are released. Doctors can help you with your treatment. They can help you with medication.

If you need help finding a doctor, call Customer Service at **1-877-644-4623**.

### Estamos aquí para ayudarlo a que se sienta mejor

Los problemas de salud del comportamiento pueden sucederle a cualquiera. Las afecciones médicas incluyen:

- Trastorno de déficit de atención con hiperactividad
- Trastorno bipolar
- Depresión
- Abuso de drogas o alcohol
- Depresión posparto

No tiene que enfrentar el problema solo. Deje que Sunflower lo ayude. Hay programas de tratamiento para pacientes hospitalizados y ambulatorios. El tratamiento puede incluir hablar con un terapeuta o tomar medicamentos. Sunflower también tiene programas que pueden ayudar. Un programa es la administración de la atención. Llámenos para obtener más información.

Si siente que su vida corre peligro, llame al **911**. También puede acercarse a un centro de crisis o a una sala de emergencias. Haga un seguimiento con su médico cuando le den el alta. Los médicos pueden ayudarlo con su tratamiento. Pueden ayudarlo con los medicamentos.

Si necesita ayuda para encontrar un médico, llame a Servicio al Cliente al **1-877-644-4623**.

# You have rights and responsibilities

As a member, there are things you can expect from your health plan. There are also things your health plan expects from you. These are called rights and responsibilities. We list some here. You can find a complete listing at [SunflowerHealthPlan.com](http://SunflowerHealthPlan.com) or read them all in your member handbook.

## Here are some of your rights as a member:

- Getting all services that we provide
- Being treated with respect
- Knowing your medical data will be kept private
- Being able to get a copy of your medical record

## Some of your responsibilities include:

- Asking questions if you don't understand your rights
- Keeping your scheduled appointments
- Having your member ID card with you at appointments
- Telling your doctor if you had care in an emergency room
- Telling your doctor if you had care by a specialist, including behavioral health

Call Customer Service at **1-877-644-4623** if you need a paper copy of the handbook.

# Is your asthma under control?

**Asthma is a disease that makes it hard to breathe. It can make life difficult. It can even be life-threatening.**

Medications are used to control and prevent asthma symptoms. Medications can improve the quality of your life. They can make asthma attacks less serious. Take medications the way your doctor tells you. Take the right dose at the right time. Take it for as long as you are told. Call Sunflower for information about asthma. We have information for adults and for children.

Disease management is a way we help people with diseases like asthma or diabetes. It can help you control your symptoms. It can help you find a doctor.

Call **1-877-644-4623** to find out if disease management could help you.

## How can we help you?

**Sunflower can help you with many things.**

Just call Customer Service at **1-877-644-4623** if you need:

- A paper copy of anything on our website, **SunflowerHealthPlan.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)

## Pharmacy facts

1. A PDF is a preferred list of drugs covered by Sunflower.
2. You can find the latest PDL on our website, **SunflowerHealthPlan.com**. You can also call **1-877-644-4623** to find out if a drug is covered.
3. Your doctor or pharmacist can help you review the list. He or she can find a medication for you that is covered.



# Usted tiene derechos y responsabilidades

Como miembro, hay cosas que puede esperar de su plan de salud. También hay cosas que su plan de salud espera de usted. Esto se denomina derechos y responsabilidades. A continuación presentamos algunos. Puede ver la lista completa en [SunflowerHealthPlan.com](http://SunflowerHealthPlan.com) o leerlos todos en su manual para miembros.

## Estos son algunos de sus derechos como miembro:

- Recibir todos los servicios que ofrecemos
- Ser tratado con respeto
- Saber que su información médica se mantendrá en privado
- Tener la posibilidad de obtener una copia de su historia clínica

## Algunas de sus responsabilidades incluyen:

- Hacer preguntas si no comprende sus derechos
- Asistir a sus citas programadas
- Llevar a sus citas su tarjeta de identificación de miembro
- Comunicarle a su médico si lo atendieron en una sala de emergencias
- Comunicarle a su médico si ha sido atendido por un especialista, incluyendo en salud del comportamiento.

Llame a Servicio al Cliente al **1-877-644-4623** si necesita una versión impresa del manual.

## ¿Está su asma bajo control?

**El asma es una enfermedad que dificulta la respiración. Puede complicarle la vida. Incluso puede poner en riesgo la vida.**

Los medicamentos se usan para controlar y evitar los síntomas del asma. Los medicamentos pueden mejorar la calidad de su vida. Pueden reducir la gravedad de los ataques de asma. Tome los medicamentos tal como le indique su médico. Tome la dosis correcta en el horario correcto. Tome el medicamento durante el tiempo que le indiquen. Llame a Sunflower para obtener información sobre el asma. Tenemos información para adultos y para niños.

El programa de manejo de enfermedades es una manera en la que ayudamos a las personas con enfermedades como asma o diabetes. Puede ayudarlo a controlar sus síntomas. Puede ayudarlo a encontrar un médico.

Llame al **1-877-644-4623** para averiguar si el programa de manejo de enfermedades puede ayudarlo.

## ¿Cómo podemos ayudarlo?

**Sunflower puede ayudarlo con muchas cosas.**

Simplemente llame a Servicio al Cliente al **1-877-644-4623** si necesita:

- Una versión impresa de cualquier sección de nuestro sitio web, [SunflowerHealthPlan.com](http://SunflowerHealthPlan.com)
- Ayuda para elegir un médico
- Ayuda para programar citas médicas
- Transporte a sus citas (recuerde llamar al menos 48 horas antes de la fecha prevista para su cita)

## Datos de farmacia

1. Una lista de medicamentos preferidos (Preferred Drug List, PDL) es la lista de medicamentos con cobertura por parte de Sunflower.
2. Puede encontrar la PDL más reciente en nuestro sitio de internet, [SunflowerHealthPlan.com](http://SunflowerHealthPlan.com). También puede llamar al **1-877-644-4623** para consultar si un medicamento tiene cobertura.
3. Su médico o farmacéutico puede ayudarlo a revisar la lista. Puede ayudarlo a encontrar un medicamento para usted que esté cubierto.



## Q&A: Care management

### What is care management?

The care management team includes nurses and social workers. They can help you learn how to take care of yourself. They can also help you get services. They will work with your doctor.

### Who can use care management?

Care management is for people with long-term or complicated illnesses. It can help you stay healthy if you have a chronic condition such as cancer, high blood pressure or diabetes.

### How can a member sign up?

Care management is not required. Are you interested? Then you or your doctor may ask for it. Call **1-877-644-4623**.

## Get your baby off to a good start

We care about you and your new baby. Are you pregnant? Have you just had a baby? The Start Smart for Your Baby® program is for you. Pregnant members or members who have recently had a baby should contact Sunflower at **1-877-644-4623** or visit **SunflowerHealthPlan.com** for information on the program. Pregnant members also need to fill out a Notification of Pregnancy form. This form helps us know what you need from us for a healthy pregnancy. You can also earn \$15 for completing this form in your first trimester. Call us if you need help with this form.

Sunflower Health Plan complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-877-644-4623 (TTY 711).

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-877-644-4623 (TTY 711).

Published by Manifest LLC. © 2017. 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, © 2017. 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.

## P&R: Administración de la atención

### ¿Qué es administración de la atención?

El equipo de administración de la atención está formado por enfermeros y trabajadores sociales. Ellos pueden enseñarle cómo cuidarse. También pueden ayudarlo a recibir servicios. Ellos trabajarán con su médico.

### ¿Quién puede usar el programa de administración de la atención?

Administración de la atención es para personas con enfermedades prolongadas o complicadas. El programa puede ayudarlo a mantenerse saludable si usted tiene una afección crónica, como cáncer, presión arterial alta o diabetes.

**¿Cómo puede inscribirse un miembro?** El programa administración de la atención no es obligatorio. ¿Le interesa? Usted o su médico pueden solicitarlo. Llame al **1-877-644-4623**.

## Dele un buen comienzo a su bebé

Nos preocupamos por usted y su bebé recién nacido. ¿Está usted embarazada? ¿Acaba de tener un bebé? El programa Start Smart for Your Baby® es para usted. Las miembros embarazadas o aquellas que recientemente hayan tenido un bebé deben comunicarse con Sunflower al **1-877-644-4623** o visitar la página de internet **SunflowerHealthPlan.com** para obtener información sobre el programa. Las miembros embarazadas también deben llenar un formulario de notificación de embarazo. Este formulario nos ayuda a determinar lo que necesita que le proporcionemos para un embarazo saludable. También puede obtener \$15 por llenar este formulario durante su primer trimestre. Llámenos si necesita ayuda con este formulario.