



Forum II Building
7990 IH 10 West, Suite 300
San Antonio, TX 78230

SPOTLIGHT on HEALTH

Enfoque en la salud

Health and wellness or prevention information.
Información de salud y bienestar o prevención.

2020 / ISSUE 2 / EDICIÓN 2

Prescription Medications - Medications are often an important part of your treatment plan. Some medications work to control or lessen symptoms and are taken regularly, while others are aimed more at comfort and taken as needed. It is important to note that medications only work when you take them as prescribed. If you see more than one provider, it is important that each one knows about all of the medications you take. This is to make sure your medications work well together.

Medicinas recetadas: con frecuencia, las medicinas son una parte importante de su plan de tratamiento. Algunas funcionan para controlar o disminuir los síntomas, y se toman regularmente, mientras que otras están más enfocadas en el alivio y se toman según la necesidad. Es importante tener en cuenta que las medicinas solo funcionan cuando se toman según las indicaciones médicas. Si consulta a más de un proveedor, es importante que cada uno sepa todas las medicinas que toma. Esto es para garantizar que sus medicinas funcionen bien en conjunto.



SPOTLIGHT on HEALTH

Enfoque en la salud

Visita anual de bienestar

Preservar la salud es clave para asegurarse de estar bien. Implementar un plan de bienestar puede ayudarle a mantenerse saludable. Lea más información sobre cómo crear el suyo en el interior de este folleto.

Fuente: NIH.gov



Annual Wellness Visit

Maintaining your health is key to making sure you stay well. Having a wellness plan in place can help you stay on track. Learn more on how to create yours inside.

Source: NIH.gov

Allwell.SuperiorHealthPlan.com

Y0020_20_17933NEWSTLR_BIL_C_04282020
SHP_20205938

ANNUAL WELLNESS VISIT

Scheduling an annual wellness visit with your Primary Care Provider (PCP) will help you stay up-to-date on your healthcare. The annual wellness visit is not a physical exam. It is an opportunity for you and your PCP to discuss your current health, health history and any questions you may have.

Your PCP will work with you to create a wellness plan specific to your health needs.

To complete the plan, your PCP may:

Check your height, weight, blood pressure and other routine measurements.



Conduct routine screenings for mental health, hearing, fall risk and other health issues.



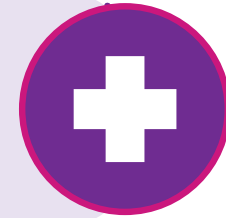
Review a list of your current providers, durable medical equipment (DME) suppliers and medications.



Ask about any tobacco, alcohol or substance use.



Provide health advice and referrals for reducing any of your identified risk factors.



VISITA ANUAL DE BIENESTAR

Programar una visita anual de bienestar con su proveedor de cuidados primarios (PCP) le ayudará a estar al día con su atención médica. Esta visita no es un examen físico. Es una oportunidad para que usted y su PCP analicen su estado de salud actual, sus antecedentes médicos y las preguntas que usted pueda tener.

Su PCP trabajará con usted para diseñar un plan de bienestar específico para sus necesidades de salud. Para completar el plan, es posible que su PCP:

Controle su altura, peso, presión arterial y otras medidas de rutina.



Realice exámenes de rutina para detectar problemas de salud mental, audición, riesgo de caídas y otras afecciones.



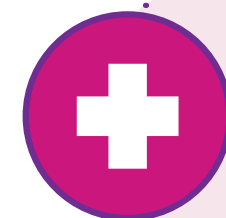
Revise una lista de sus prestadores, proveedores de equipo médico duradero (DME) y medicinas actuales.



Le pregunte si consume tabaco, alcohol o sustancias.



Le ofrezca asesoramiento médico y referencias para reducir los factores de riesgo que se identifiquen.



Source: MedicareInteractive.org

Fuente: MedicareInteractive.org



If you need help finding a PCP or making an appointment for an annual wellness visit or if you have any other questions, please call **Member Services at 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711)**. From October 1 to March 31, you can call us 7 days a week from 8 a.m. to 8 p.m. From April 1 to September 30, you can call us Monday through Friday from 8 a.m. to 8 p.m. A messaging system is used after hours, weekends, and on federal holidays.



Si necesita ayuda para encontrar un PCP o programar una cita para realizar una visita anual de bienestar, o si tiene alguna otra pregunta, llame **Member Services a 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711)**. Del 1 de octubre al 31 de marzo, puede llamarnos los 7 días de la semana, de 8:00 a.m. a 8:00 p.m. Del 1 de abril al 30 de septiembre, puede llamarnos de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 8:00 p.m. Se usa un sistema de mensajería para las llamadas fuera del horario laboral, los fines de semana y los días festivos federales.