



Cuidado compasivo cuando lo necesite

Gracias por ser un miembro del plan de salud de Buckeye—calificado como número 1 en calidad por el Departamento de Medicaid de Ohio (Medicaid de Ohio – Informe Calificativo sobre los Planes de Atención Administrada de 2018).

¿Sabía que cuenta con un equipo experto de enfermería y trabajadores sociales dedicados a ayudarle a manejar su cuidado? Sus administradores de cuidado están para ayudarle, especialmente a aquellos que viven con múltiples enfermedades o que tienen una afección crónica, como cáncer, hipertensión arterial o diabetes. Ellos pueden:

- **Ayudarlo a comprender sus problemas de salud.** Pueden ayudarlo a aprender a cuidarse a sí mismo.
- **Trabajar con su médico para que reciba el mejor cuidado posible.** Pueden ayudarlo a programar citas y coordinar su cuidado.
- **Conectarlo a servicios y recursos en la comunidad.** Estos servicios podrían incluir cupones de alimentos o apoyo a la vivienda.

Cuando necesite asistencia administrando su cuidado, usted o su médico pueden pedir ayuda al equipo de Administración de Cuidado. Llame a su cordial equipo de Servicios para Miembros al **1-866-246-4358** para obtener más información.

¿Cómo sé si mis medicamentos están cubiertos?

¡Fácil! Tiene dos maneras de saber si los medicamentos que está tomando están cubiertos:

1. Llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358**.
2. Vaya a **BuckeyeHealthPlan.com/members/medicaid/benefits-services/pharmacy.html** y haga clic en “Which drugs are covered” (qué medicamentos están cubiertos).

¡Y, su médico o farmacéutico siempre pueden ayudarlo a encontrar los medicamentos que están cubiertos!





Tiene derechos y responsabilidades

Los derechos son cosas que puede esperar de su plan de salud. Estos incluyen:

- Obtener todos los servicios que ofrecemos.
- Ser tratado con respeto.
- Mantener la privacidad de su información médica.
- Obtener una copia de su historial médico.

Las responsabilidades son cosas que su plan de salud espera de usted.

Estas 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.

Puede encontrar más derechos y responsabilidades en su manual de miembros. Léalo en BuckeyeHealthPlan.com/members/medicaid/resources/handbooks-forms.html. O comuníquese con Servicios para Miembros al 1-866-246-4358 para solicitar una copia impresa.

3 maneras de ayudar a su bebé a comenzar de forma inteligente con Start Smart

Hay cosas que puede hacer para ayudar a su recién nacido a tener un comienzo saludable.

1. Vaya donde su médico. Llame a su médico

si cree que está embarazada. Debe realizarse chequeos regulares durante su embarazo. Su médico puede revisar si tiene problemas y asegurarse de que su bebé crezca como se espera.

2. Mantenga hábitos saludables. Coma

alimentos nutritivos, descanse mucho y haga ejercicio. También asegúrese de no consumir tabaco, ni drogas ni alcohol.

3. Regístrese en Start Smart for Your

Baby.® Este es un programa de Buckeye para mujeres embarazadas o que acaban de dar a luz. Llámenos para obtener más información.

¿Es nuevo en Buckeye?

Encuentre detalles sobre sus beneficios y servicios en su manual para miembros y en nuestro sitio web. Visite BuckeyeHealthPlan.com/members/medicaid.html.



3 consejos para aliviar las alergias

Las alergias de primavera pueden implicar semanas de picazón en los ojos y estornudos. Tres cosas que puede hacer para aliviar sus síntomas:

- Evite los alérgenos. Esto puede significar quedarse en casa en días secos y con viento. O podría usar una máscara cuando trabaje en el jardín.
- Mantenga los alérgenos afuera. Mantenga sus ventanas cerradas. Use filtros de aire en su dormitorio. El aire acondicionado también puede ayudar a filtrar los alérgenos.
- Hable con su médico. El médico puede recomendar medicamentos de venta libre. Es posible que las personas con síntomas graves necesiten vacunas para las alergias. Su médico puede ayudarlo a decidir el tratamiento adecuado.

¿La bebida es un problema?

Muchos adultos disfrutan una cerveza o copa de vino ocasional. Pero, beber en exceso puede causar serios problemas de salud. ¿Sabía que la ingesta excesiva de alcohol puede causar cáncer? Las mujeres embarazadas que beben pueden tener bebés con problemas de salud. Beber en exceso también puede causar problemas en la familia o en el trabajo.

Algunos indicios de que su forma de beber se está convirtiendo en un problema:

- Ha intentado beber menos o dejar de beber, pero no ha tenido éxito.
- Bebe más que en el pasado antes de sentirse embriagado.
- Bebe en secreto, donde los demás no pueden verlo.
- A veces no puede recordar lo que sucedió cuando estaba bebiendo.

¿Le preocupa su consumo de alcohol? Hable con su médico. Los bebedores compulsivos tal vez no puedan reducir sus hábitos por sí mismos. Los medicamentos y la terapia pueden ayudar.



Getty Images

BUCKEYE HEALTH PLAN
4349 Easton Way
Suite 300
Columbus, OH 43219

1-866-246-4358
(TTY 1-800-750-0750)
BuckeyeHealthPlan.com



PRSR STD
U.S. POSTAGE
PAID
Stevens Point, WI
Permit #422

Para recibir una versión impresa sobre cualquier información en referencia a este boletín o en el sitio web de Buckeye, por favor llame al departamento de Servicios para miembros de Buckeye.

Publicado por Manifest LLC. © 2019. 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. Manifest no avala ni da garantías con respecto a ninguno de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.

BHP-MM-061119



OHC_Span_H



La información acerca de la Descripción del Programa para el Mejoramiento de la Calidad de Buckeye 2019 se encuentra disponible para revisión a petición.



Estamos para ayudarlo

Su equipo de Servicios para Miembros está aquí para ayudarlo a:

- Conseguir un médico
- Programar citas
- Conseguir transporte para sus citas (para los miembros con transporte como beneficio cubierto)
- Enviarle una copia impresa del manual para miembros o algo más en nuestro sitio web.

Llame al **1-866-246-4358** o diríjase a **BuckeyeHealthPlan.com/members/medicaid.html** para obtener más información.

Si su hijo tiene **TDAH**

¿Su hijo tiene trastorno por déficit de atención e hiperactividad (**TDAH**)? A más del 10 por ciento de los niños en los Estados Unidos se les ha diagnosticado este trastorno. Los medicamentos pueden ayudar. Los niños que toman medicamentos para el TDAH necesitan cuidados de seguimiento. Consulte al médico dentro de los 30 días posteriores al comienzo del medicamento. Después de eso, su hijo debe consultar al médico dos veces en los siguientes nueve meses. Llámenos al **1-866-246-4358**.



4349 Easton Way
Suite 300
Columbus, OH 43219

Statement of Non-Discrimination

Buckeye 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. Buckeye Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Buckeye Health Plan:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, contact Buckeye Health Plan at 1-866-246-4358 (TTY 1-800-750-0750).

If you believe that Buckeye Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with: Buckeye Health Plan at the Appeals Unit, 4339 Easton Way, Suite 400, Columbus, OH 43219, 1-866-246-4358 (TTY: 1-800-750-0750), Fax 1-866-719-5404. You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Buckeye Health Plan is available to help you. You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Language Assistance

English:

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Spanish:

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Chinese Mandarin:

注意：如果您说汉语普通话，我们可以为您提供免费的语言援助服务。请致电 1-866-246-4358（听力障碍电传：711）。

German:

ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، تتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية بالمجان.
اتصل بالرقم 1-866-246-4358 (الهاتف النصي: 711)

Pennsylvania Dutch:

Wann du Deitsch (Pennsylvania German / Dutch) schwetszcht, kantscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf selli Nummer uff: 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Russian:

ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам доступна бесплатная языковая поддержка.
Звоните 1-866-246-4358 (телетайп (TTY): 711).

French:

ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement.
Appelez le 1-866-246-4358 (ATS : 711).

Vietnamese:

CHÚ Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn.
Gọi 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Oromo:

XIYYEEFFANNAA: Tajaajila gargaarsa Afaan Oroomiffa dubbattu, kanfaltiidhaan ala ni argama.
Bilbilaa 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Korean:

참고: 한국어를 구사하시는 분은 무료로 언어 지원 서비스를 이용할 수 있습니다.
1-866-246-4358 (TTY: 711)로 전화하십시오.

Italian:

ATTENZIONE: Se lei parla l'italiano, può avvalersi dei servizi di assistenza linguistica gratuiti.
Chiamare il numero 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Japanese:

注意：日本語話者の方向けに、無料で言語サービスをご提供しております。以下の電話番号にて問い合わせください。
1-866-246-4358 (TTY: 711)

Dutch:

LET OP: Als u Nederlands spreekt, kunt u gratis gebruikmaken van de taalkundige diensten.
Bel 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Ukrainian:

УВАГА: якщо ви розмовляєте українською мовою, до ваших послуг безкоштовна мовна підтримка.
Телефонуйте за номером 1-866-246-4358 (телетайп (TTY): 711).

Romanian:

ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, puteți beneficia de servicii de asistență lingvistică, gratuit.
Sunați la 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Somali:

FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku hadasho Soomaali, adeegyada taageerada luqadda oo bilaash ah ayaad heli kartaa.
Wac 1-866-246-4358 (TTY: 711).

Nepali:

ध्यान दिनुहोस्: तपाईं नेपाली बोल्नुहुन्छ भने भाषा सहायता सेवाहरू तपाईंको लागि निःशुल्क उपलब्ध छन्।
फोन गर्नुहोस् 1-866-246-4358 (TTY: 711).