



The latest care

Options for medical care may change over time. New medicines, tests and surgeries come out every year. SilverSummit Healthplan watches for the latest in medical care. We also make sure new treatments are safe. SilverSummit Healthplan has a team of doctors that reviews new medical care for people with certain illnesses. The team checks information from other doctors and scientific groups. New medical care that is covered by Medicaid is then shared with our doctors. This allows SilverSummit Healthplan doctors to give you the most fitting and current types of care.

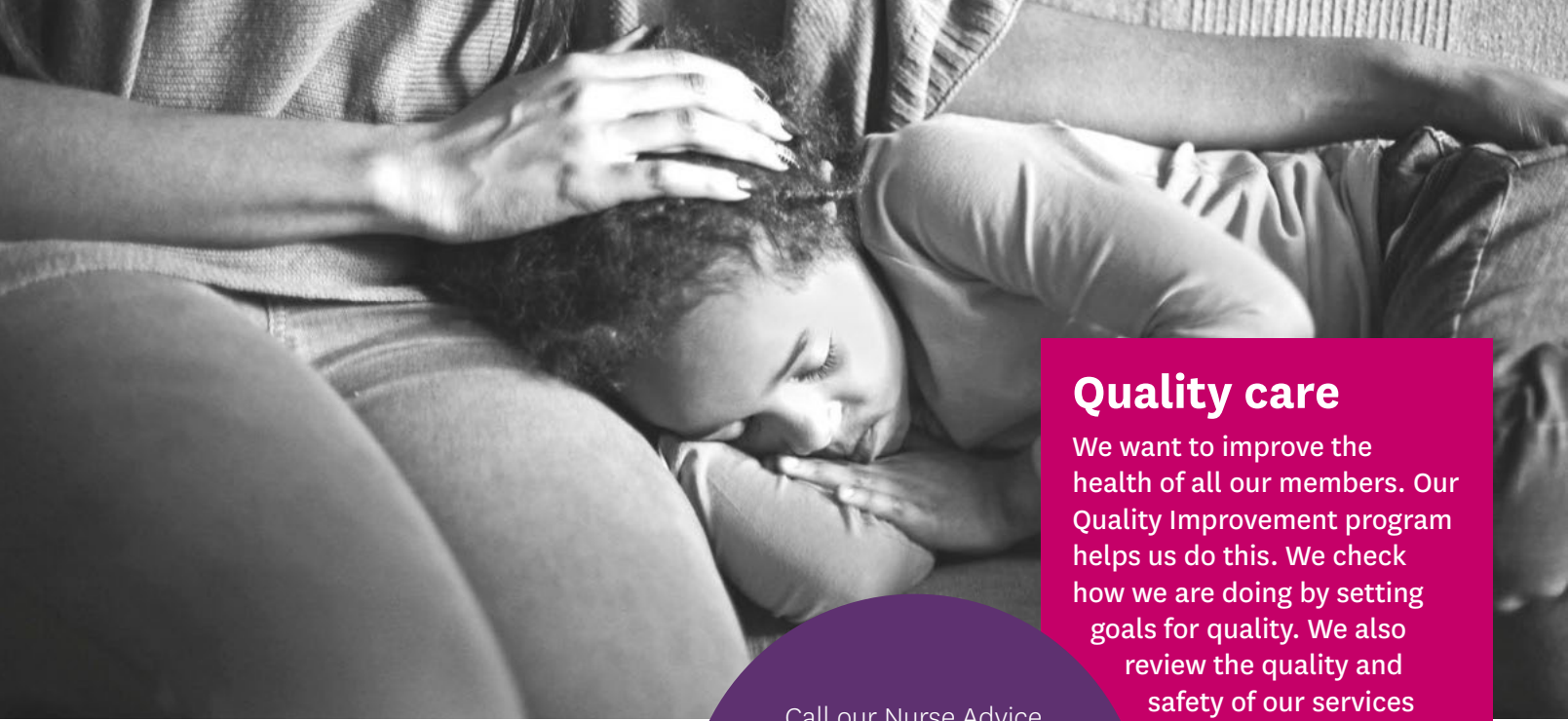
Not all care is covered for every patient. Some patients may benefit more from certain treatments. We cover care that is medically necessary. Questions? Call Member Services at **1-844-366-2880**.

Lo último en atención

Las opciones de atención médica pueden cambiar con el paso del tiempo. Cada año salen nuevos medicamentos, pruebas y cirugías. SilverSummit Healthplan busca lo último en la atención médica. También nos aseguramos de que los tratamientos nuevos sean seguros. SilverSummit Healthplan cuenta con un equipo de médicos que revisa la nueva atención médica para personas con determinadas enfermedades. El equipo revisa la información de otros médicos y de otros grupos científicos. Luego se comparte con nuestros médicos la atención médica nueva que se encuentra cubierta por Medicaid. Esto les permite a los médicos de SilverSummit Healthplan brindarle los tipos de atención más adecuados y actualizados.

No toda la atención está cubierta para cada paciente. Algunos pacientes pueden beneficiarse más de ciertos tratamientos. Cubrimos la atención que es médicamente necesaria.

¿Preguntas? Llame a Servicios para Miembros al **1-844-366-2880**.



Are you **ready** for flu season?

The flu is a seasonal illness. Flu season can begin as early as October and run as late as May. For some people, the flu is not very serious. For others, it can lead to hospitalization and even death. A flu shot is one way you can protect yourself from the flu. Here are three things to know about the vaccine:

- 1.** The flu shot will not give you the flu.
- 2.** The flu virus changes every year. So every year, a new vaccine is needed.
- 3.** Everyone older than 6 months should get a flu shot. Talk to your doctor if you have an allergy to eggs or any of the ingredients in the vaccine.

The flu shot is available at no cost to members. Call **1-844-366-2880** if you need help finding out where to get one.

We are here to help

Do you have questions about your care? Our website can help. Go to **SilverSummitHealthplan.com** to learn more. You can find:

- Information about health
- Information about your health plan
- A copy of the member handbook

You can also call us with questions. Call **1-844-366-2880**. We can help you:

- Find a doctor
- Get translation help for your medical appointments
- Get a ride to your appointments

Call our Nurse Advice Line at **1-844-366-2880** for answers to your health questions. You can call 24 hours a day, seven days a week. Remember to call **911** for an emergency or crisis.

Quality care

We want to improve the health of all our members. Our Quality Improvement program helps us do this. We check how we are doing by setting goals for quality. We also review the quality and safety of our services and care.

We review care provided at all levels, including emergency care, primary care and specialty care. We also make sure we are helping members with different ethnic, cultural, religious and language needs.

Learn more and see how we're doing at **SilverSummitHealthplan.com**. You can also ask for a paper copy of the latest quality improvement report. Call **1-844-366-2880**.



Atención de calidad

Deseamos mejorar la salud de todos nuestros miembros. Nuestro programa de mejora de la calidad nos ayuda a lograrlo. Verificamos nuestro desempeño estableciendo metas de calidad. Asimismo, revisamos la calidad y la seguridad de nuestros servicios y de nuestra atención.

Revisamos la atención brindada en todos los niveles, incluida la atención de emergencia, la atención primaria y la atención especializada. También nos aseguramos de ayudar a los miembros que tienen diferentes necesidades étnicas, culturales, religiosas y de idioma.

Obtenga más información y vea cómo nos desempeñamos en **SilverSummitHealthplan.com**. También puede solicitar una versión impresa del informe más reciente sobre el mejoramiento de la calidad. Llame al **1-844-366-2880**.



¿Está listo para la temporada de gripe?

La gripe es una enfermedad estacional. La temporada de gripe puede comenzar tan pronto como en octubre y durar hasta finales de mayo. Para algunas personas, la gripe no es muy grave. Para otras puede derivar en hospitalización e incluso la muerte. Una vacuna contra la gripe es una manera de protegerse de la gripe. Aquí hay tres cosas a saber acerca de la vacuna:

1. La vacuna contra la gripe no le contagiará de gripe.
2. El virus de la gripe cambia todos los años. Por lo tanto, todos los años se necesita una nueva vacuna.
3. Todos aquellos que tengan más de 6 meses de edad deben recibir una vacuna contra la gripe. Consulte a su médico si es alérgico al huevo o a alguno de los ingredientes de la vacuna.

La vacuna contra la gripe está disponible sin costo alguno para los miembros. Llame al **1-844-366-2880** si necesita ayuda para averiguar en dónde obtenerla.

Llame a nuestra línea de asesoría de enfermería al **1-844-366-2880** para obtener respuestas a sus preguntas sobre salud. Puede llamar las 24 horas del día, siete días a la semana. Recuerde llamar al **911** en caso de emergencia o crisis.

Estamos aquí para ayudarlo

¿Tiene preguntas acerca de su atención? Nuestro sitio web puede ayudar. Obtenga más información al ingresar en **SilverSummitHealthplan.com**. Puede encontrar:

- Información sobre salud
- Información acerca de su plan de salud
- Una copia del manual para miembros

También puede llamarnos si tiene preguntas. Llame al **1-844-366-2880**. Podemos ayudarlo con lo siguiente:

- Encontrar a un médico
- Obtener ayuda de traducción para sus citas médicas
- Obtener traslado para sus citas



Know your stroke risk

Are you at risk for stroke? Here are some of the risk factors you may be able to control:

- Having high blood pressure, diabetes, artery diseases, irregular heartbeat or other heart diseases
- Smoking cigarettes
- Eating a diet high in saturated fat, trans fat and cholesterol
- Not getting exercise

Here are some stroke risks you cannot control:

- Being over age 55
- Being a woman
- Having a family history of stroke
- Having a history of prior stroke or heart attack
- Being African-American

You can learn more about stroke at strokeassociation.org/STROKEORG.



Health screenings for women

What are health screenings? They are tests that can save your life. They look for medical problems like cancer. Health screenings can find diseases early, when they are easier to treat.

Here are four health screenings for women:

Disease	Screening	Details
Breast cancer	Mammogram	Testing often begins at age 40 or 45. Repeat every year.
Cervical cancer	Pap test	Testing begins at age 21 for women who are sexually active. Repeat every three years or as recommended.
Colon cancer	Stool test or colonoscopy	Testing usually begins at age 50. Repeat every one to three years for stool tests, every 10 years for colonoscopy.
Sexually transmitted infections like HIV and chlamydia	Pap test and/or blood test	Women who have sex should be tested regularly.

Have questions? Talk to your provider about the screenings you may need.

Taking care of your teeth

The American Dental Association recommends that all adults:

- Brush their teeth twice a day.
- Clean between teeth daily.
- Use fluoride toothpaste.
- Avoid sugary drinks and snacks.

Dental visits are also important. Medicaid members ages 2-20 with benefits should have at least one dental visit per year.

Statement of Non-Discrimination

SilverSummit Healthplan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SilverSummit Healthplan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SilverSummit Healthplan:

- 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 SilverSummit Healthplan at 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086).

If you believe that SilverSummit Healthplan 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:

Grievance and Appeals Coordinator
SilverSummit Healthplan
2500 North Buffalo Drive, Suite 250
Las Vegas, NV 89128
1-844-366-2880
(TTY/TDD 1-844-804-6086)
Fax 1-855-742-0125

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, SilverSummit Healthplan 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>.

Marketplace Plan: 1-866-263-8134 (TTY/TDD 1-855-868-4945)

Medicaid Plan: 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086)

English: Language assistance services, auxiliary aids and services, and other alternative formats are available to you free of charge. To obtain this, please call the number above.

Español (Spanish): Servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, y otros formatos alternativos están disponibles para usted sin ningún costo. Para obtener esto, llame al número de arriba.

Tagalog (Tagalog): Mayroon kang makukuhang libheng tulong sa wika, auxiliary aids at mga serbisyo, at iba pang mga alternatibong format. Upang makuha ito, mangyaring tawagan ang numerong nakasulat sa itaas.

简体中文(Chinese): 可以免费为您提供语言协助服务、辅助用具和服务以及其他格式。如有需要, 请拨打上述电话号码。

한국어(Korean): 언어 지원 서비스, 보조적 지원 및 서비스, 기타 형식의 자료를 무료로 이용하실 수 있습니다. 이용을 원하시면 상기 전화번호로 연락해 주십시오.

Tiếng Việt (Vietnamese): Các dịch vụ trợ giúp ngôn ngữ, các trợ cụ và dịch vụ phụ thuộc, và các dạng thức thay thế khác hiện có miễn phí cho quý vị. Để có được những điều này, xin gọi số điện thoại nêu trên.

አማርኛ (Amharic):- ከክፍያ ላይ የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶች፣ ተቀጽላ እርዳታዎች እና አገልግሎቶች፣ እና ሌሎች አማራጭ ቅርጾች ያገኛሉ። ይህን ለማግኘት እባክዎን ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

ไทย (Thai): บริการช่วยเหลือด้านภาษา อุปกรณ์และบริการเสริม รวมทั้งรูปแบบทางเลือกอื่น ๆ มีให้ท่านใช้ได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย หากต้องการขอรับบริการเหล่านี้ กรุณาติดต่อทางโทรศัพท์ที่หมายเลขข้างต้น

日本語 (Japanese): 言語支援サービス、補助器具と補助サービス、その他のオプション形式を無料でご利用いただけます。ご利用をお考えの方は、上記の番号にお電話ください。

العربية (Arabic): خدمات المساعدة اللغوية والمعينات والخدمات الإضافية وغيرها من الأشكال البديلة متاحة لك مجاناً. للحصول عليها، يرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

Русский язык (Russian): Вам могут быть бесплатно предоставлены услуги по переводу, вспомогательные средства и услуги, а также материалы в других, альтернативных, форматах. Чтобы получить их, позвоните, пожалуйста, по указанному выше номеру телефона.

Français (French): Des services gratuits d'assistance linguistique, ainsi que des services d'assistance supplémentaires et d'autres formats sont à votre disposition. Pour y accéder, veuillez appeler le numéro ci-dessus.

فارسي (Persian): خدمات ترجمه، حمایت های؛ خدمات کمکی و سایر انواع دیگر به صورت رایگان در اختیار شما قرار می گیرند. برای به دست یابی به این خدمات، لطفاً با شماره تلفن بالا تماس بگیرید.

Samoan (Samoan): Auaunaga e lagolago i lau gagana, auaunaga fesoasoani atu, ma isi auaunaga e maua fua atu e leai se totogi. Pe a mana'omia ia auaunaga, vili le numera o loo tāua i luga.

Deutsch (German): Sprachunterstützung, Hilfen und Dienste für Hörbehinderte und Gehörlose sowie weitere alternative Formate werden Ihnen kostenlos zur Verfügung gestellt. Um eines dieser Serviceangebote zu nutzen, wählen Sie die o. a. Rufnummer.

Ilokano (Ilocano): Makaala kayo iti libre nga tulong para iti serbisyo nga kasapulan maipanggep iti lengguwahe, dadduma nga tulong ken serbisyo, umawag kayo laeng iti numero nga adda iti ngato.

Pruebas de detección para mujeres

¿Qué son las pruebas de detección? Son pruebas que pueden salvar su vida. Detectan problemas médicos, como el cáncer. Las pruebas de detección pueden detectar enfermedades en forma temprana, cuando son más fáciles de tratar.

Aquí hay cuatro pruebas de detección para mujeres:

Enfermedad	Prueba de detección	Información
Cáncer de mama	Mamografía	La prueba generalmente comienza a los 40 o 45 años. Se repite todos los años.
Cáncer de cuello uterino	Prueba de Papanicolaou	La prueba comienza a la edad de 21 años para las mujeres sexualmente activas. Se repite cada tres años o según la recomendación.
Cáncer de colon	Coprocultivo o colonoscopia	La prueba generalmente comienza a los 50 años. El coprocultivo se repite entre uno a tres años y la colonoscopia cada 10 años.
Infecciones de transmisión sexual, como el VIH o clamidia	Prueba de Papanicolaou y/o prueba de sangre oculta en las heces	Las mujeres que tienen sexo deberían hacerse esta prueba regularmente.

¿Tiene preguntas? Hable con su proveedor sobre las pruebas de detección que puede necesitar.

Cuidado de sus dientes

La American Dental Association recomienda lo siguiente a todos los adultos:

- Cepíllese los dientes dos veces al día.
- Use pasta de dientes que contenga fluoruro.
- Limpie entre los dientes todos los días.
- Evite las bebidas azucaradas y los refrigerios.

Las consultas al dentista también son importantes. Los miembros de Medicaid entre 2 y 20 años con beneficios deberían hacer, como mínimo, una consulta al dentista por año.

Conozca su riesgo de accidente cerebrovascular

¿Está en riesgo de un accidente cerebrovascular? Aquí presentamos algunos de los factores de riesgo que usted puede controlar:

- Tener presión arterial alta, diabetes, enfermedades arteriales, ritmo cardíaco irregular u otras enfermedades cardíacas.
- Fumar cigarrillos
- Comer una dieta alta en grasas saturadas, grasas trans y colesterol
- No hacer ejercicio

Aquí presentamos algunos riesgos de accidente cerebrovascular que no puede controlar:

- Tener más de 55 años
- Ser mujer
- Tener antecedentes familiares de accidente cerebrovascular
- Tener historial de accidente cerebrovascular o ataque al corazón anterior
- Ser afroamericano

Puede averiguar más sobre accidentes cerebrovasculares en strokeassociation.org/STROKEORG.



SILVERSUMMIT HEALTHPLAN
2500 N. Buffalo Drive, 2nd Floor
Las Vegas, Nevada 89128
1-844-366-2880
SilverSummitHealthplan.com

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

Published by Manifest LLC. © 2018. 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. © 2018. 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 cualquiera de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.



We value **your time**

How long can you expect to wait for a healthcare appointment?

SilverSummit Healthplan works with providers to set standards for wait times.

- For routine care with your primary care provider, you will be seen within two weeks.
- For urgent care, you will be seen within 24 hours.
- For specialty routine care, you will be seen within 30 calendar days.
- For routine behavioral health care, you will be seen within 10 business days.

Are you unable to get an appointment within those time frames? Call us at **1-844-366-2880**. We can help.

Valoramos su tiempo

¿Cuánto tiempo puede esperar para obtener una cita de atención médica? SilverSummit Healthplan trabaja con proveedores para establecer estándares de tiempos de espera.

- En el caso de la atención de rutina con su proveedor de atención primaria, lo atenderán en un plazo de dos semanas.
- En el caso de atención de urgencia, lo atenderán en un plazo de 24 horas.
- En el caso de atención especializada, lo atenderán en un plazo de 30 días calendario.
- En el caso de la atención de salud conductual, lo atenderán en un plazo de 10 días hábiles.

¿No puede obtener una cita dentro de esos plazos? Llámenos al **1-844-366-2880**. Podemos ayudarle.