



Members Bulletin

Florida Health Solution * 7350 NW 7th St, Suite 204, Miami, FL 33126
 Tel (305) 269-2000 or Toll Free (877) 827-0711 * Fax (305) 261-5637
www.floridahealthsolution.com

OCTOBER IS - BREAST CANCER AWARENESS MONTH

The Earlier the Better!!!



Breast Cancer is the most commonly diagnosed cancer in woman. The American Cancer Society states that one in eight women will develop breast cancer over the course of a lifetime. Digital mammography is one of the most recent advances in early detection

and that is why Florida Health Solution has added this benefit with a minimal co-payment. This new technique is an x-ray taken electronically and stored in a computer where it can be viewed immediately. The digital image can be magnified and adjusted in order to view a suspicious lesion more closely. Patients whose cancer is detected early and treated in a timely manner will have a better outcome.

Interested in knowing more about Breast Cancer you may visit:

www.cancer.gov/bcrisktool/. This interactive tool can measure your risk of invasive breast cancer. Please make sure to review these results with your physician.

PROVIDER DIRECTORY UPDATES

For a complete and updated list of all Florida Health Solution Providers, you can go to:

www.floridahealthsolution.com and then click on the **Providers** tab. You will be able to search by Specialty and County or you can use the provider's name as well.

IMPORTANT NOTICE

Florida Health Solution is not responsible for changes by providers regarding appointments and hours of operations.

Our goal is to provide you with the most updated information possible, therefore do not hesitate to call us and inform us about any situation or changes in information occurring at any of our providers centers.

For prompt attention call:

(305) 269-2000 or toll free (877) 827-0711

The Flu season is BACK

Now is the time to get vaccinated against the FLU. This year the CDC recommends all children aged 5-18 receive the vaccine as well as those adults aged 50 years and older.



- Children age 6 months to 4 years (59 months) with high risk conditions like Asthma, immunodeficiency or chronic conditions should be vaccinated.
- Children age 6 months to 8 years should receive 2 doses of the vaccine one month apart; also those children who only received one dose last season.
- All patients aged 18 and above who want the vaccine.

Please see your primary care physician for any individual questions. Walgreens will be administering the Flu vaccine to our members for \$24.99

MODIFICATION OF PREVENTIVE PANEL A

Florida Health Solution believes in preventive care. With this in mind Preventive Panel A has been changed to a **Preventive Annual Check-Up**. We would like all Florida Health Solution members to have a yearly check-up with your primary care physician who knows your history and can provide appropriate preventive measures. The panel includes office visit and labs (CBC, CMP, Lipid and UA), there is a 30 days waiting period from the members coverage effective day and a \$20.00 co-payment is required.

CHECKLIST FOR OVER 50!!!

The Federal Agency for Healthcare Research and Quality announced with the American Association for Retired Persons a new and easy to use "Checklist for Health" for both men and women over 50 years of age. These pamphlets include information about heart and vascular diseases, cancer, bone disease, sexual health, immunizations, healthy life styles and mental health concerns. This tools help to keep track of dates and results of screening tests, when the next testing is needed and questions to ask the physician.

The following are websites. In addition you can find the link and a copy of the checklist on our website.

<http://www.ahrq.gov/ppip/men50.htm>

<http://www.ahrq.gov/ppip/women50.htm>



Boletín del Miembro

Florida Health Solution * 7350 NW 7th St, Suite 204, Miami, FL 33126

Tel (305) 269-2000 or Toll Free (877) 827-0711 * Fax (305) 261-5637

www.floridahealthsolution.com

OCTUBRE ES - MES DEL CANCER DE MAMA

Mientras más a tiempo, Mejor!!!



El cáncer de mama es el cáncer más común diagnosticado en la mujer. La Asociación de cáncer Americana informa que 1 de cada 8 mujeres desarrollaran cáncer de mama en el curso de su vida. La mamografía digital es uno de los más recientes

avances en la detección temprana y por eso Florida Health Solution a añadido este beneficio con un copago mínimo. Esta nueva técnica es un Rayos X tomado electrónicamente que se almacena en una computadora donde se puede ver inmediatamente. La imagen digital puede ser más precisa y ajustada para ver más de cerca alguna lesión sospechosa. Pacientes a los que se les ha detectado cáncer temprano y se les ha tratado a tiempo tendrán un mejor resultado.

Si le interesa saber más sobre el cáncer de mama usted puede visitar:

www.cancer.gov/bcrisktool/. Esta herramienta interactiva puede medir su riesgo de contraer cáncer de mama invasivo. Por favor asegúrese de revisar siempre los resultados con su doctor.

ACTUALIZACION DEL DIRECTORIO DE PROVEEDORES

Para una lista completa y actualizada de los proveedores médicos de Florida Health Solution visite:

www.floridahealthsolution.com y de click en el botón de **Proveedores**. Usted podrá hacer su búsqueda por Especialidad y Condado o por el nombre del Proveedor.

NOTICIA IMPORTANTE

Florida Health Solution no será responsable por cambios de último minuto por parte de los proveedores en sus horarios de operaciones.

Nuestra meta es proveerle la información más actualizada posible, le agradeceremos que nos llame para informarnos sobre cualquier situación o cambio de información que ocurra en algunos de nuestros centros proveedores.

Para atención inmediata llame al:
(305) 269-2000 o (877) 827-0711

La temporada del Flu REGRESO

Ahora es el tiempo de vacunarse contra el FLU. Este año, el CDC recomienda que todos los niños entre 5-18 años de edad reciban la vacuna, así como los adultos de 50 años de edad o mayor.



- Niños entre 6 meses a 4 años (59 meses) con condiciones de alto riesgo como asma, inmunodeficiencia, o condiciones crónicas deben ser vacunados.
- Niños entre 6 meses a 8 años deben recibir 2 dosis de la vacuna, con un periodo de espera de un mes y también aquellos niños que recibieron solo una dosis en la última temporada.
- Todo paciente de 18 años o más que deseen la vacuna.

Por favor visite su médico primario para cualquier pregunta. Walgreens estará administrando la vacuna del FLU a nuestros miembros por tan solo \$24.99.

MODIFICACION EN EL PANEL PREVENTIVO A

Florida Health Solution cree en el cuidado preventivo y con eso en mente el **Panel Preventivo A** ha sido cambiado para un **Chequeo Anual Preventivo**. Florida Health Solution quisiera que todos los miembros tengan un chequeo anual con su médico primario, quien conoce su historial y puede proveer la prevención y el cuidado apropiado. El Chequeo Anual Preventivo incluye la visita al médico y laboratorios (CBC, CMP, Lipid and UA), hay un periodo de espera de 30 días después de la activación del miembro y un co-pago de \$20.00 es requerido.

CUESTIONARIO PARA MAYORES DE 50

La Agencia Federal para búsqueda y calidad del cuidado de la salud anuncio junto con la Asociación Americana para personas retiradas un nuevo y fácil de usar "Cuestionario para la Salud" para hombres y mujeres mayores de 50 años. Estos panfletos incluyen información acerca de enfermedades del corazón y vasculares, cáncer, enfermedad de los huesos, salud sexual, inmunización, estilos de vidas saludables y preocupaciones de salud mental. Esta herramienta ayuda a mantener record de fechas y resultados de los exámenes, cuando el próximo examen es necesario y preguntas para hacer al doctor.

Los siguientes son sitios de internet. En adición usted puede encontrar el acceso y una copia del cuestionario en nuestra página web.

<http://www.ahrq.gov/ppip/men50.htm>

<http://www.ahrq.gov/ppip/women50.htm>



OUR QUICK LOOK GUIDE TO ROUTINE, URGENT, OR EMERGENCY CARE

If you have an emergency call 911. However, during an emergency it can be difficult to think clearly about what to do. If you are aware of the options prior to an emergency you can better handle the emergency and get the best care needed.

We at Florida Health Solution believe that the relationship with your primary care physician can be the best source for routine conditions. Below is a table with some examples.

FHS	TYPE OF CARE GUIDELINES		
<p>CUSTOMER SERVICE LINE:</p> <p>305-269-2000 Or 1 877-827-0011</p>	When is care required?	Facility	Examples of situations for best cared are:
<p><u>Routine Care</u> The best care for a non-emergent condition is in a doctor's office. Who knows your history and can provide appropriate preventative measures.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Within a week Physician is available during usual office hours and on call 24/7 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Physician's office 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Possible ear infection ■ Possible strep throat ■ Common/ familiar chest or abdominal pain ■ Skin rashes ■ Blood Pressure or Glucose check ■ Colds, flu & sore throats ■ Earache
<p><u>Urgent Care</u> Problems that come up all of a sudden but they are not life threatening and they happen after office hours or on weekends.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Within 72 hours or Immediately ■ Some of them are available after usual office hours 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Urgent Care center 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Minor cuts and wounds ■ Sprains or strains ■ Minor burns ■ Uncontrolled vomiting or diarrhea ■ All illness under routine physician office care
<p><u>Emergency Care</u> A true medical emergency means a medical condition manifested by acute and severe symptoms, including pain, such that the absence of immediate medical attention could reasonably be expected to result in: serious jeopardy to health, serious impairment to bodily functions, or serious dysfunction of any bodily organ or part.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Immediately within 24 hours 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Emergency Room/Hospital 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Chest pain ■ Severe shortness of breath ■ Asthma attacks that do not get better after using your prescribed medication. ■ Bleeding that cannot stop after 10 min. of direct pressure ■ Head Trauma ■ Drug overdose ■ Gunshot or stab wounds ■ Poisoning ■ Seizures or convulsions ■ Vaginal bleeding during pregnancy ■ Loss of consciousness

****Note:** This quick look guideline is not designed to offer medical advice and is intended to provide an overview of your care choices. Please consult with your physician for medical advice.*



GUIA RAPIDA DEL CUIDADO DE RUTINA, URGENCIA O EMERGENCIA

Si usted tiene una emergencia llame al 911. Sin embargo, durante una emergencia puede ser muy difícil pensar claramente que hacer. Si usted está mejor informado de las opciones antes de una emergencia, usted podrá manejarse mejor ante ella y obtener el mejor cuidado que usted necesite.

Nosotros en Florida Health Solution creemos que la relación con su médico primario puede ser la mejor fuente para tratar sus condiciones de rutina. A continuación esta una tabla con algunos ejemplos.

FHS	GUIA DE TIPOS DE CUIDADO		
LINEA SERVICIO AL CLIENTE: 305-269-2000 O 1 877-827-0011	Cuando la atención es requerida?	Lugar	Ejemplos de situaciones para el mejor cuidado
<p>Cuidado de Rutina El mejor cuidado cuando no es una emergencia es la oficina de su medico, quien sabe su historial clínico y puede proveer la prevención y el cuidado apropiado</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ En una semana ■ El médico está disponible en su horario usual de oficina y por llamadas después de horas 24/7 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Oficina del medico 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Posible infección de oído ■ Posible infección de garganta ■ Dolor de pecho o abdominal común o familiar ■ Irritación en la piel ■ Presión arterial o chequeo de glucosa ■ Resfriado, Flu & garganta irritada ■ Dolor de oído
<p>Cuidado de Urgencia Problemas que surgen sin aviso pero no son de vida o muerte y ocurren después de horario de oficina o en el fin de semana</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ En 72 horas o inmediatamente ■ Muchos están disponibles fuera del horario de oficina 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Centro de cuidado de urgencias 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cortadas o heridas menores ■ Ligamentos o tejidos lastimados ■ Quemaduras menores ■ Vomito o diarrea incontrolable ■ Toda enfermedad que se pueda tratar bajo el cuidado del médico de rutina
<p>Cuidado de Emergencia Una verdadera emergencia es cuando se manifiestan síntomas severos incluyendo dolores que requieren atención inmediata o síntomas que impiden el funcionamiento del cuerpo o un órgano vital</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Inmediatamente dentro de 24 horas 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Sala de emergencia de un hospital 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Dolor en el pecho ■ Falta de aire severa ■ Ataque de asma que no se controla con medicamentos ■ Sangramiento sin parar por más de 10 minutos de presión directa ■ Trauma en la cabeza ■ Sobredosis de droga ■ Heridas por arma de fuego ■ Envenenamiento ■ Convulsiones ■ Sangramiento vaginal en el embarazo ■ Pérdida del conocimiento

**Nota: Esta guía rápida no está hecha para ofrecer una advertencia médica; está hecha para proveer una idea general de sus opciones para el cuidado de su salud. Por favor consulte primero con su médico.*