



Redoblar esfuerzos para prevenir las caídas

Cuando Gatsby, el perro de Leah Buckley, intentó perseguir a una ardilla durante uno de sus paseos regulares el noviembre pasado, no era la primera vez que sucedía. Gatsby solía ponerse tan nervioso al ver animales por el bosque donde caminaban y tirar tan fuerte que Leah tenía que soltar la correa para que no la arrastrase. Pero el día después de Acción de Gracias del año pasado, la correa se había enredado en la muñeca de Leah y no pudo soltarla. En lugar de ello el perro la arrastró y la hizo caer muy fuerte al suelo sobre un hombro.

Con la ayuda de otras personas que había por allí, Leah pudo levantarse y caminar a casa, pero pasó mucha vergüenza por haberse caído. Lamentablemente, el hombro aún le dolía al día siguiente, y empezó a sospechar que se había herido algo más que su orgullo. Una radiografía en el Centro de Atención Médica Urgente confirmó sus sospechas: se había roto el hombro. No necesitó cirugía, pero tuvo el brazo derecho en un cabestrillo durante seis semanas, luego recibió tres meses de fisioterapia y tuvo que realizar innumerables ejercicios en casa.

Continúa en la página 2



ÍNDICE:

¿Es hora de hacerse una mamografía?	2	¿Es hora de las vacunas!	5
Pregunte a Servicios para Miembros:		¿Cree que necesita ir a un especialista?	6
Cómo usar su ANOC	3	Los medicamentos son importantes:	
¿Qué hay de nuevo, doctor?	4	revisión de otoño de sus medicamentos.....	7

Continúa de la portada

Leah no es la única persona a la que le ha pasado esto. El Consejo Nacional para Personas de Edad Avanzada (*National Council on Aging*) informa que cada 13 segundos una persona de edad avanzada recibe tratamiento de emergencia en los EE. UU. debido a una caída. Uno de cada tres estadounidenses de 65 años o más se cae cada año. Muchos sufren lesiones cerebrales o se rompen huesos, y esto puede hacer que estén menos activos o, lo que es peor, menos independientes. Y siempre hay miedo de que se caerán de nuevo.

Después de nueve meses —y otra caída— tras la lesión de noviembre, Leah dice que está “aproximadamente un 92 por ciento de vuelta a la normalidad”, pero sigue teniendo en mente la posibilidad de otra caída. Como enfermera administradora de casos durante 13 años, Leah había trabajado con miembros de SCAN Health Plan que se recuperaban de caídas, así que conoce los riesgos. “Sé que siempre hay el riesgo de caer de nuevo”, comenta, “pero voy a hacer todo lo posible para evitarlo”.

Los cambios físicos de la edad avanzada, como problemas en la vista y reflejos más lentos, aumentan el riesgo de caer, pero hay algunos pasos sencillos que puede tomar para caminar más seguro.

- **Haga regularmente ejercicios que fortalezcan los músculos y mejoren el equilibrio y la flexibilidad.** Desde su caída, Leah ha estado acudiendo a clases de SilverSneakers® en un gimnasio local específicas para mejorar el equilibrio. Compruebe si su plan de SCAN incluye el beneficio de gimnasio gratuito de SilverSneakers. O encuentre clases similares a través de un centro de personas mayores o a través del departamento de parques y recreación de su vecindario.
- **Hágase revisiones de la vista y el oído regularmente.** Los problemas con la vista y el oído pueden afectar el equilibrio y aumentar el riesgo de caídas. Si usa gafas, asegúrese de que la graduación sea adecuada.
- **Revise sus medicamentos con su médico.** Los efectos secundarios de los medicamentos pueden hacerle sentir mareado o débil, y provocar que sea más propenso a las caídas.
- **Hable con su médico.** Además de revisar los medicamentos, dígame si se siente inestable al estar de pie, o si se ha caído recientemente. Cuanto más sepa su médico sobre su situación, más podrá ayudarle a evitar una mala caída.
- **Haga que su hogar sea seguro.** ¿Están sujetas las alfombras? ¿Tiene barandillas o barras para agarrarse junto a las escaleras y escalones? ¿Están los pasillos bien iluminados y sin desorden o cosas que puedan hacerle tropezar? Encontrará una lista de comprobación para la seguridad en el hogar en nuestro sitio web, www.scanhealthplan.com.
- **No se olvide de los pies.** Reduzca el riesgo de caerse invirtiendo en un par de zapatos cómodos que pueda ajustar de forma segura.
- **Esté atento a las cosas a su alrededor.** “Sigo saliendo y haciendo todo lo que puedo”, dice Leah, “pero ahora estoy consciente de lo que me rodea en todo momento.” Dice que Gatsby sigue saliendo a pasear regularmente con ella, pero ahora siempre tiene “Un ojo mirando hacia delante y otro al suelo”.

Hágase el regalo de la buena salud

Es un poco temprano para empezar a pensar en los regalos de las fiestas, pero el regalo de la buena salud es adecuado todo el año.

Como octubre es el mes de concientización sobre el cáncer de seno, queremos asegurarnos de que el mensaje les llega a todos nuestros miembros. Desde los 55 años, la mayoría de las mujeres debería realizarse una mamografía cada dos años, a menos que su médico recomiende otra cosa. Si es hora de hacerse una mamografía, hágase el regalo de la buena salud y llame hoy mismo para programarla. (Hombres: no se olviden de decirles a las mujeres de su vida que se hagan la mamografía cuando corresponda.)



Hablamos con muchos miembros de SCAN —trabajamos junto a unas cuantas docenas— y nos hemos dado cuenta de que hay algo que dicen casi todos. Al describir cuánto tiempo hace que tienen SCAN Health Plan, dicen: “Llevo con SCAN...” (rellenar el número de años).

Para nosotros, eso significa algo. Nos dice que les parece que estamos juntos en esto, que estamos aquí con ellos cuando nos necesitan. Y pensamos que esa es una diferencia importante. Y durante el período de inscripción anual, cuando tantos planes de atención médica de Medicare envían información con beneficios similares, queremos poner esa diferencia en palabras. De modo que hemos usado las palabras de nuestros miembros en nuestra nueva publicidad.

“No tiene SCAN. Está WITH (CON) SCAN.” Nuestros miembros entienden lo que eso significa y esperamos que también les diga algo a aquellos que quieren un plan de atención médica que esté siempre CON ellos, ofreciendo la cobertura que necesitan, y el apoyo que están buscando.

Si conoce a alguien que esté buscando un plan como SCAN, recomiédenos. Muchos de nuestros miembros están con nosotros por la recomendación de un amigo. Y esto también significa mucho para nosotros.

Gracias por su lealtad a SCAN. Sabemos que tiene muchas opciones y estamos muy contentos de que esté CON nosotros.

Chris Wing
Director Ejecutivo
SCAN Health Plan

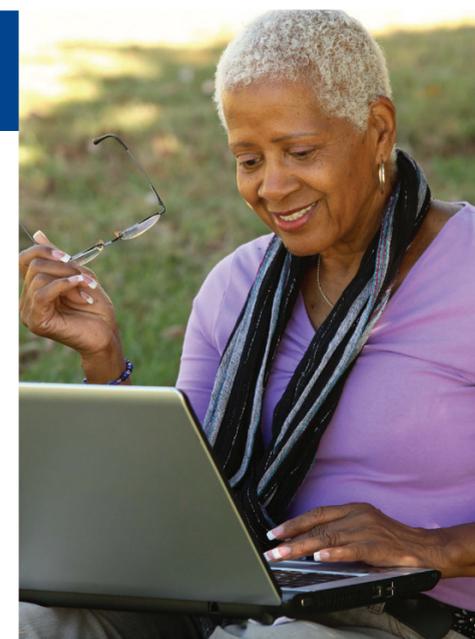
RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS REALIZADAS A SERVICIOS PARA MIEMBROS

Acabo de recibir la Notificación anual de cambios (ANOC). ¿Qué debo hacer con ella?

La Notificación anual de cambios (ANOC) es un folleto que ofrece información importante acerca de los beneficios del año próximo. Tómese un momento para revisar lo siguiente en la ANOC:

- ¿Están sus medicamentos en la lista de medicamentos cubiertos de 2017 (nuestro formulario)? Si es así, ¿en qué nivel están?
- ¿Hay algún cambio en los copagos o primas mensuales?
- ¿Hay beneficios nuevos o cambios en los beneficios actuales?

Si tiene alguna pregunta sobre su ANOC, llame a Servicios para Miembros. Tenga esto en cuenta: ¡es un momento del año muy ajetreado! Si su consulta no es urgente, pruebe a llamarnos por la noche, entre las 5 p. m. y las 8 p. m., o a finales de semana. En esta época del año, también estamos aquí durante los fines de semana.



Mi esposa y yo recibimos un ANOC cada uno. ¿Hay alguna manera para ayudar a ahorrar papel?

Es obligatorio que enviemos una Notificación anual de cambios (ANOC) a cada uno de los miembros. Pero hay dos formas para ayudar a ahorrar papel:

1. **Pídanos que le enviemos una copia por hogar.** Envíenos una carta en la que nos dé permiso para enviar una copia. Incluya los dos nombres y la dirección postal, si es diferente de la dirección de su hogar.
Nota: esto solo es posible si ambos pertenecen al mismo plan de beneficios de SCAN (por ejemplo, el plan SCAN Classic [HMO]). ¿No está seguro? Compruébelo en su tarjeta de ID de SCAN.

2. **Inscríbase para recibir materiales por Internet.** Tener los materiales del plan disponibles en Internet hace que sea más fácil encontrar la información que necesita cuando la necesita.

Para inscribirse para recibir materiales por Internet, visite www.scanhealthplan.com/members. Siga las sencillas instrucciones para crear su cuenta. Le enviaremos un correo electrónico cuando haya nuevos materiales disponibles.

PRÓXIMAMENTE: Charlas telefónicas sobre los beneficios de 2017

Una Charla telefónica es una forma excelente de escuchar los puntos destacados de sus beneficios para el año próximo. Son llamadas en conferencia a gran escala en las que puede escuchar a los ejecutivos de SCAN revisar los cambios en los beneficios y responder preguntas de la audiencia.

Si celebramos una Charla telefónica para su plan, se lo indicaremos mediante una postal o una llamada una semana antes. De cualquiera de las dos formas, tendrá tiempo para marcar su calendario. Estas llamadas duran 30 a 40 minutos.

Recuerde, las Charlas telefónicas son totalmente opcionales. Creemos que son útiles para explicar los beneficios, pero la misma información se incluye en su ANOC (Notificación anual de cambios).

¿Qué hay de nuevo, doctor?

Un poco de preparación sirve de mucho para aprovechar al máximo la visita a su médico, ya sea una visita de última hora cuando está enfermo o en la revisión anual de rutina.

Una vez al año, todos los años

Sentirse enfermo no es la única razón para ir a ver a su médico. En realidad es bueno que su médico le vea cuando se siente bien, para que pueda saber lo que es “normal” para usted.

Por eso es tan importante su revisión anual (también conocida como visita de bienestar anual). Son citas más largas, así que normalmente se programan con varias semanas de antelación. Su médico de atención primaria pasará tiempo hablando con usted y haciéndole preguntas para conocer su salud general.

Puede prepararse del siguiente modo:

- » Conozca sus antecedentes médicos familiares. Pregúntele al médico si sus antecedentes familiares hacen que tenga más riesgo y conozca los signos de advertencia.
- » Traiga sus medicamentos. Traiga una lista o, aún mejor, traiga todos los medicamentos en los frascos originales. Esto incluye medicamentos con receta médica y medicamentos de venta sin receta, vitaminas y suplementos herbales.
- » Pregunte sobre sus riesgos de salud. Averigüe si está en riesgo de tener alguna afección médica como diabetes, cáncer, afección cardíaca u osteoporosis. Pregunte qué prueba de detección o atención preventiva tiene que hacer.
- » Hable de las cosas difíciles. Ya sea incontinencia, problemas sexuales o depresión, su médico puede ayudar, pero solo si se lo dice. Así que hágalo.
- » Informe cualquier cambio. Dígale a su médico si tiene dolor, pérdida de memoria o problemas para caminar. Averigüe qué puede hacer para mejorarlos.

Visitas regulares al médico

Su médico se concentrará en un problema médico específico durante este examen más corto. Puede ser una visita de seguimiento de rutina —quizás la revisión trimestral para la diabetes. O quizás se sintió enfermo al despertarse y pudo conseguir una cita de última hora.

Puede prepararse del siguiente modo:

- » Anote los síntomas con antelación. Incluya cuándo empezaron y qué hace que mejoren o empeoren.
- » Escriba las tres preguntas más importantes que quiere hacer a su médico (haga esto antes de la cita). Luego escriba las respuestas del médico durante la cita.
- » Pídale a su médico que repita y explique cualquier cosa que no entienda. Si se ha acabado su tiempo con el médico, pregunte si una enfermera o asistente médico puede responder sus preguntas.
- » Traiga a un familiar o amigo cercano. Pueden ayudarle tomando notas y quizás escuchen detalles que a usted se le escape.
- » Dígale a su médico si cree que necesita ver a un especialista, como a un cardiólogo o reumatólogo. Si su médico está de acuerdo, pregunte cómo funciona el proceso de autorización. (Consulte en la página 6 más información sobre las autorizaciones para ver a especialistas).

Cada cita con el médico es una oportunidad para que tome control de su salud. Haga preguntas y no tema contrariar a su médico. Si dice algo que no corresponde en su caso, dígaselo. Esto ayudará que su médico se haga una idea completa de su salud. Y le ayudará a usted a recibir la mejor atención posible.



¡Es hora de las vacunas!

Las estaciones están cambiando. Las hojas cambian de colores y antes de que se dé cuenta será hora de sacar los abrigos de invierno —o al menos suéteres de manga larga. Sin embargo, a medida que se acercan estos cambios, también entramos en otra temporada que no es tan agradable: la temporada de la gripe.

Dos tercios de las personas mayores se preparan para la temporada de la gripe recibiendo la vacuna contra la gripe cada año. ¿Es usted uno de ellos? Si es así, siga manteniendo este año este hábito de atención de la salud importante vacunándose otra vez.

Si no siempre se vacuna, nos gustaría preguntarle ¿por qué? Quizás nunca ha tenido problemas con la gripe, de modo que no ve necesidad de vacunarse. O quizás, tiene la intención de vacunarse, pero no siempre encuentra el tiempo para hacerlo. Cualquiera que sea el caso, recibir la vacuna anual contra la gripe es una buena idea para la mayoría de las personas (consulte *¿Son adecuadas para usted las vacunas contra la gripe?*).

La gripe es una enfermedad grave

¿Por qué es tan buena idea la vacuna contra la gripe? La vacuna evitará que contraiga el virus o le ayudará a su sistema inmunitario a luchar contra él si así sucede. Con la vacuna contra la gripe pueden evitarse o al menos minimizarse los dolores musculares y de cabeza, la fiebre, el cansancio extremo, la congestión o el goteo nasal, la tos y el dolor de garganta.

Para las personas mayores también son comunes síntomas adicionales como náuseas, vómitos, diarrea y deshidratación. El virus también puede empeorar afecciones crónicas como el enfisema, el asma y las cardiopatías.

Lo primero es lo primero:

Como miembro de SCAN, tiene cubierta la vacuna contra la gripe administrada por su médico de atención primaria de SCAN por un copago de \$0. Muchos de nuestros médicos trabajan con grupos médicos que patrocinan clínicas contra la gripe donde no es necesaria cita previa. Comuníquese con su equipo de atención primaria para averiguar cuándo estará disponible la vacuna de la gripe.

Lo siguiente en la lista:

Si no ha recibido las vacunas antineumocócicas, hable sobre ello con su médico. Las personas mayores de 65 años (que nunca se han vacunado) deberían recibir dos tipos diferentes:

- » Pevnar 13 (que se debe administrar primero) y
- » Pneumovax 23 (que se debe administrar de 6 a 12 meses después)

Juntas, estas vacunas le protegen contra la neumonía y otras infecciones bacterianas. Si ha recibido la vacuna Pneumovax 23 en el pasado, pregunte a su médico si es hora de recibirla otra vez. Algunas personas pueden necesitar una vacuna de refuerzo después de algunos años.

¿SON ADECUADAS PARA USTED LAS VACUNAS CONTRA LA GRIPE?

Si bien la vacuna contra la gripe es segura y eficaz para la mayoría de las personas, hay ocasiones en las que no debería recibirla o quizás esperar para ello. Hable con su médico si:

- » Es alérgico a los huevos de pollo.
- » Está enfermo en este momento y tiene fiebre.
- » Ha tenido síndrome de Guillain-Barré.

CONSEJOS ÚTILES SOBRE LA GRIPE:

Si contrae la gripe antes de vacunarse, esto es lo que puede hacer:

1. Llame a su médico de atención primaria, explique sus síntomas y hable de posibles remedios de venta sin receta médica.
2. Beba abundante agua.
3. Tome alimentos fortalecedores como sopas de pollo y de lentejas.
4. Facilite la respiración levantando la cabeza cuando esté recostado.
5. Dígale a sus amigos y seres queridos que está enfermo —y acepte su ayuda.
6. Tómese las cosas con calma hasta que se sienta mejor.

¿ESTÁ SATISFECHO CON SU MÉDICO?

Puede cambiar de médico de atención primaria en cualquier momento por cualquier motivo. Así que si su médico actual no es la mejor opción para usted, puede cambiarlo por otro nuevo. Pida recomendaciones a sus amigos o encuentre la lista más actualizada de médicos en nuestro sitio web: www.scanhealthplan.com. Para cambiar de médico, llame a Servicios para Miembros de SCAN.

¿Cree que necesita ir a un especialista?

Su médico de atención primaria será el primer profesional que le atienda —incluso si piensa que tiene que acudir a un especialista. Necesitará una **autorización** para la mayor parte de la atención especializada. Así es como funciona:



1

Vaya a su médico de atención primaria.



Su médico puede ayudarle a identificar cuál es el problema y qué especialista sería mejor para usted. Su médico puede entonces presentar una **solicitud de autorización** al grupo médico con el que trabaja.

PREGUNTE:

- ¿Cuánto tarda el proceso de autorización?
- ¿A quién llamo si tengo preguntas sobre la autorización?

2

Espere por su autorización.



Una vez se apruebe la autorización, recibirá una **carta de autorización** con instrucciones. En la carta aparecerá el nombre, la dirección y el número de teléfono del especialista.

LLAME:

- Si no ha tenido noticias en el plazo que le indicaron.
- Si no se aprueba la autorización y quiere saber los pasos siguientes.

3

Programe una cita.



Llame al consultorio del especialista para programar una cita. Igual que con cualquier cita para el médico, no se olvide de decirle a la persona que hace la cita si tiene dolor o si su afección está empeorando.

COMPRUEBE:

- ¿Para cuánto tiempo es válida la autorización?
- ¿Cuántas citas se han aprobado?

Esta información **aparece en la carta de autorización**.

4

Vaya al especialista.



Aproveche su cita al máximo. Escriba las preguntas que quiere hacerle y esté preparado para tomar nota de las respuestas. Lleve también una lista actualizada de sus medicamentos.

PREGUNTE:

- ¿Cuáles son los pasos siguientes?
- ¿Remitirá esta información a mi médico de atención primaria?

¿Tiene preguntas sobre una autorización?

SCAN cree que usted y su médico son los más indicados para tomar decisiones médicas. Y el proceso en el consultorio de su médico puede ser un poco diferente. Así que si tiene preguntas sobre su autorización:

- Llame primero al consultorio de su médico.
- Llame a la oficina de servicio a los pacientes (la mayoría de los grupos médicos grandes tienen estas líneas de asistencia para los pacientes).
- Llame a Servicios para Miembros de SCAN si su médico o grupo médico no pueden ayudarle.

Rx

Los medicamentos son importantes

Es hora de hacer la revisión de otoño de sus medicamentos

3 CONSEJOS PARA EL ÉXITO CON LOS MEDICAMENTOS

- 1. Programe un examen anual con su médico** si no ha tenido uno este año. No se olvide de preguntarle a su médico acerca de sus medicamentos, incluidos qué efectos secundarios puede esperar y cómo controlarlos. Asegúrese de que entiende cómo debe tomar los medicamentos y en qué cantidad y cuándo.
- 2. Solo tiene que hacer un pedido para 90 días.** Es menos probable que omita una dosis y se quede sin medicamentos cuando tiene a mano un suministro para 90 días. Y si obtiene un suministro para 90 días ahora, no tendrá que preocuparse de eso durante las fiestas.
- 3. Inscribese para el resurtido automático.** En lugar de tener que recordar cuándo necesita resurtir sus medicamentos, pregunte si su farmacia ofrece resurtido automático. ¡La mayoría de las farmacias lo hacen! De ese modo su farmacéutico puede resurtir sus medicamentos y llamarle cuando estén listos para recogerlos.



Todos sabemos que tomar los medicamentos que le recetó el médico es una parte importante de mantenerse saludable. Pero es posible que no nos demos cuenta de lo importante que es tomarlos exactamente de la forma indicada.

Esto es así para cualquier medicamento con receta médica, pero especialmente para los que toma de forma continua. Suelen ser los medicamentos que toma a diario para afecciones como el colesterol alto, la diabetes, la afección cardíaca o la depresión. Tiene que mantener un nivel estable de estos medicamentos en su organismo para mantener controladas estas afecciones crónicas.

Haga un repaso rápido de sus medicamentos

Cada otoño les recomendamos a los miembros que hagan un repaso rápido de sus medicamentos. Si su médico le ha recetado medicamentos para que los tome de forma continua, pregúntese estas tres cosas:

1. ¿Tengo actualizado mi suministro de medicamentos?
2. ¿Estoy tomando mis medicamentos como lo indicó el médico?
3. ¿Podré surtir mi receta antes de quedarme sin medicamentos?

Si responde “no” a alguna de estas preguntas, informe a su médico, farmacéutico o a SCAN. Es muy posible que podamos encontrar una solución. Por ejemplo:

- » Si no puede ir a la farmacia. ¿Incluye transporte su plan de SCAN? Si es así, puede usar el beneficio de transporte para recoger sus medicamentos.
- » Cuando el costo es un problema. Es posible que califique para un programa que se conoce como Ayuda adicional. SCAN colabora con una compañía llamada Altegra para ayudar a los miembros a averiguar si califican para recibir Ayuda adicional. Si ese es el caso, también pueden ayudarle a solicitar el programa. Llame a Altegra al 1-866-866-0980 (TTY: 711).
- » Si se está acercando a la brecha de cobertura de los medicamentos con receta de Medicare (el “agujero de donut”). Muchos planes de SCAN incluyen cobertura para algunos medicamentos aunque esté en una brecha de cobertura. Si su medicamento no está cubierto, hable con su médico o farmacéutico sobre sus opciones.

Conteste la llamada de SCAN

Como este es un año de elecciones, sabemos que quizás esté recibiendo bastantes llamadas relacionadas con las elecciones, tanto de personas como de robots. Esperamos que conteste al teléfono cuando vea el nombre de SCAN en su identificador de llamadas. Ya sea que estemos llamando acerca de sus medicamentos, de una Charla telefónica o para un recordatorio sobre su salud, le llamamos con su buena salud en mente.

CONSEJO RÁPIDO: muestre su tarjeta de ID de SCAN

La mayoría de los miembros de SCAN nunca reciben una factura por los servicios médicos. Para muchos, sin embargo, una factura puede ser una mala noticia. ¿Cómo puede evitar recibir una factura por servicios cubiertos? Solo tiene que mostrar su tarjeta de ID de SCAN cada vez que recibe atención médica.

Si tiene el mismo médico desde hace tiempo, es posible que no tenga que mostrarla cada vez, pero no se olvide de mostrarla si va a un médico nuevo, si recibe atención en un centro de cuidado urgente o sala de emergencias, o si está fuera de su área de cobertura del plan.

Si recibe una factura por servicios que cree que cubre SCAN, llame a Servicios para Miembros tan pronto como la reciba. Tenemos a su disposición para ayudarle un equipo especial dedicado a las preguntas sobre las facturas.



¿Necesita asistencia? SCAN está aquí para ayudar.



Información sobre ventas 1-800-915-7226; TTY: 711

De 8 a. m. a 8 p. m. hora del Pacífico (PT), de lunes a viernes
(La información sobre ventas está disponible los 7 días de la semana entre el 1 de octubre y el 14 de febrero.)



Servicios para Miembros 1-800-559-3500; TTY: 711

De 8 a. m. a 8 p. m. hora del Pacífico (PT), los 7 días de la semana
Nota: entre el 15 de febrero y el 30 de septiembre, los mensajes recibidos durante los fines de semana y los días feriados se contestarán en el plazo de un día laborable.



Síguenos en Facebook

www.facebook.com/scanhealthplan



Visite nuestro sitio web

www.scanhealthplan.com

El Formulario, la red de farmacias y/o la red de proveedores pueden cambiar en cualquier momento. Recibirá un aviso cuando sea necesario. Esta información no es una descripción completa de los beneficios. Comuníquese con el plan para obtener más información. Pueden aplicarse ciertas limitaciones, copagos y restricciones. Los beneficios, primas y/o copagos/coseguros pueden cambiar el 1 de enero de cada año. ATTENTION: If you speak Chinese or Spanish, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-559-3500 (TTY: 711). ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-559-3500 (TTY: 711). 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-559-3500 TTY 711。

SCAN 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. SCAN Health Plan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. SCAN Health Plan 遵守適用的聯邦民權法律規定，不因種族、膚色、民族血統、年齡、殘障或性別而歧視任何人。



SCAN Club Editor
3800 Kilroy Airport Way, Suite 100
Long Beach, CA 90806-5616
SCANClub@scanhealthplan.com

NON PROFIT ORG
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT 1333
SANTA ANA CA

SCAN Health Plan® es un plan HMO con un contrato de Medicare. La inscripción en SCAN Health Plan depende de la renovación del contrato. Hay otros proveedores disponibles en nuestra red.

Información de prevención o salud y bienestar

Y0057_SCAN_9896_2016F_SP File & Use Accepted 09232016

G10073 09/16

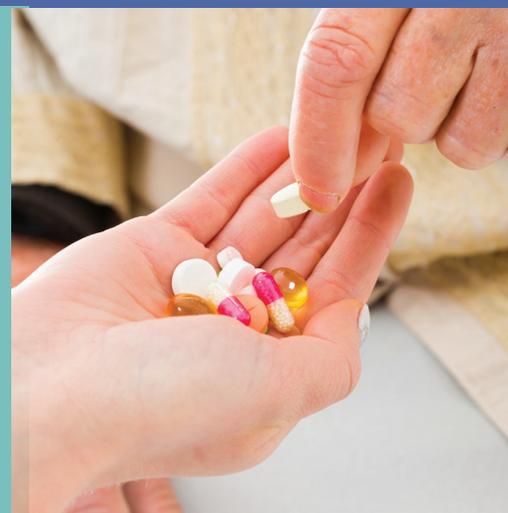
scanclub



4 ¿Qué hay de nuevo, Doctor?



6 ¿Cree que necesita ir a un especialista?



7 Es hora de hacer la revisión de otoño de sus medicamentos