



When antibiotics are the right answer

Do you have kids? Then you know there are many germs passed around this time of year. It seems there is always a flu, a cold or an infection popping up. You want your kids to feel better quickly. You might think antibiotics are the best cure. Think again.

Antibiotics only help illnesses caused by bacteria. Most colds and flus come from a virus. That means antibiotics *cannot* cure them. Antibiotics *can* treat strep throat, whooping cough and other illnesses.

Discuss your options with the doctor if you or your child does get sick. And help prevent the flu coming to your family by getting a flu shot.

Cuándo los antibióticos son la respuesta correcta

¿Tiene hijos? Entonces sabe que muchos gérmenes acechan en esta época del año. Pareciera que siempre aparece una gripe, un resfriado o una infección.

Usted quiere que sus hijos se sientan mejor rápidamente y quizás piense que los antibióticos son la mejor cura. Piense de nuevo.

Los antibióticos solo ayudan con las enfermedades causadas por bacterias. La mayoría de los resfriados y gripes provienen de un virus y eso significa que los antibióticos *no pueden* curarlos. Los antibióticos *pueden* curar la faringitis estreptocócica, la tos ferina y otras enfermedades.

Consulte sus opciones con el médico si usted o su hijo se enferman y proteja a su familia con una vacuna contra la gripe.



Depression is an illness

Do you feel anxious? Tired? Very sad? If you have been struggling with feelings of depression for weeks, talk to your doctor. You do not need to suffer alone. Depression can be treated.

Louisiana Healthcare Connections offers mental health and substance use services. This includes help for depression. It also means support for drug or alcohol problems.

Talk with your doctor if you think you need help. Call **1-866-595-8133** (hearing loss: **711**), Monday through Friday, 7 a.m. to 7 p.m. if you need help finding a doctor. We can help you get the help you need.

A woman's health checklist

Ask your doctor about these three must-do health screenings. They could save your life.

- 1. Mammogram:** This is an X-ray that looks for signs of breast cancer.
- 2. Pap test:** This test checks for cancer in your cervix or uterus.
- 3. Cholesterol test:** This blood test can tell you and your doctor a lot about your heart health.

Talk to your doctor about the best tests and schedule for your health needs. Call **1-866-595-8133** (hearing loss: **711**), Monday through Friday, 7 a.m. to 7 p.m. if you need help finding a doctor or making an appointment.

Information about your health plan

- **Quality care:** You deserve quality care. We want to help you get that. Our Quality Improvement (QI) program reviews services from our doctors, hospitals and clinics. Call us or visit **LouisianaHealthConnect.com** to learn more about our QI program.
- **Need an appointment?** Doctors do their best to see you when you need to be seen. It depends on why you need to be seen. Below are general guidelines on when you can expect to get an appointment:
 - Urgent care or sick visits within 24 hours
 - Non-urgent sick visits within 3 days
 - Checkups and physicals for adults within 6 weeks
 - Well-child checkups within 6 weeks

You should only have to wait one hour or less in the waiting room. Call Member Services at **1-866-595-8133** (hearing loss: **711**), Monday through Friday, 7 a.m. to 7 p.m. if you have trouble getting an appointment.

- **We are online:** You can find us online at **LouisianaHealthConnect.com**. Search for a provider. Review special member benefits. And review a list of covered medications. If you would like paper copies of anything on our site or your member handbook, call Member Services at **1-866-595-8133** (hearing loss: **711**), Monday through Friday, 7 a.m. to 7 p.m.
- **New technology:** We have a group of physicians and staff who regularly look at new services, treatments and drugs. This team reviews them to see if they are safe and provide good care for you.



La depresión es una enfermedad

¿Se siente ansioso? ¿Cansado? ¿Muy triste? Si ha estado lidiando con sentimientos de depresión por semanas, hable con su médico. No tiene que sufrir solo. La depresión se puede tratar.

Louisiana Healthcare Connections ofrece servicios de salud mental y por consumo de sustancias. Esto incluye ayuda para la depresión. También incluye apoyo para problemas de drogas o alcohol.

Converse con su médico si cree que necesita ayuda. Llame al **1-866-595-8133** (al **711** si tiene pérdida auditiva), de lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m. si necesita ayuda para encontrar un médico. Podemos ayudarlo a obtener la ayuda que necesita.

Lista de control de la salud de la mujer

Pregúntele a su médico sobre estos tres exámenes de salud que debe hacerse, ya que podrían salvarle la vida.

- 1. Mamografía:** Se trata de una radiografía que busca signos de cáncer de mama.
- 2. Prueba de Papanicolaou:** Esta prueba detecta el cáncer en el cuello uterino o el útero.
- 3. Examen de colesterol:** Este análisis de sangre puede indicarle mucho a usted y a su médico acerca de la salud de su corazón.

Hable con su médico acerca de las pruebas apropiadas y la planificación de sus necesidades de salud. Llame al **1-866-595-8133** (al **711** si tiene pérdida auditiva), de lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m. si necesita ayuda para encontrar un médico.

Información acerca de su plan de salud

- **Atención de calidad:** usted se la merece. Queremos ayudarlo a obtenerla. Nuestro programa de mejoramiento de calidad (QI) evalúa los servicios de nuestros médicos, hospitales y clínicas. Llámenos o visite **LouisianaHealthConnect.com** para saber más sobre nuestro programa QI.
- **¿Necesita una cita?** Los médicos hacen todo lo posible por atenderlo cuando necesita que lo atiendan; depende de la razón por la que necesita ser atendido. A continuación se presentan las referencias generales sobre cuándo puede aspirar a obtener una cita:
 - Atención de emergencia o consultas por enfermedad en un plazo de 24 horas
 - Consultas por enfermedad no urgentes en un plazo de 3 días
 - Revisiones y exámenes físicos para adultos en un plazo de 6 semanas
 - Revisiones de rutina para niños en un plazo de 6 semanasSolo deberá aguardar una hora o menos en la sala de espera. Llame a Servicios al Miembro al **1-866-595-8133** (al **711** si tiene pérdida auditiva), de lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m., si se le dificulta programar una cita.
- **Estamos en línea:** Puede encontrarnos en línea en **LouisianaHealthConnect.com**. Busque un proveedor. Consulte los beneficios de los miembros especiales Y revise la lista de medicamentos cubiertos. Si desea obtener copias impresas de cualquier material que esté en nuestra página o en su manual del miembro, llame a Servicios al Miembro al **1-866-595-8133** (al **711** si tiene pérdida auditiva) de lunes a viernes de 7 a.m. a 7 p.m.
- **Nueva tecnología:** Tenemos un grupo de médicos y personal que regularmente revisa nuevos servicios, tratamientos y medicamentos. Este equipo los evalúa para ver si son seguros y así brindarle una atención de calidad.

Published by Manifest LLC. © 2016. 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. © 2016. 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.



5 facts about the flu shot

1. The flu shot is recommended for everybody over 6 months old. It's the safest way to prevent the flu.
2. If you are pregnant, get the flu vaccine to protect you and your unborn baby.
3. The flu shot is covered. You do not need to pay for it.
4. The flu shot is created new every year. It is made to fight the latest version of the flu.
5. Louisiana Healthcare Connections members earn \$10 just for getting a flu shot! The bonus rewards are applied to your CentAccount® card.

5 datos acerca de la vacuna contra la gripe

1. La vacuna contra la gripe se le recomienda a todas las personas que tengan más de 6 meses de edad. Es la forma más segura de prevenir la gripe.
2. Si está embarazada, vacúnese contra la gripe para protegerse tanto a usted como a su bebé nonato.
3. La vacuna contra la gripe está cubierta, no debe pagar por ella.
4. Cada año se crea una nueva vacuna contra la gripe con la finalidad de luchar contra la versión más reciente de la gripe.
5. ¡Los miembros de Louisiana Healthcare Connections ganan \$10 solo por aplicarse la vacuna contra la gripe! La recompensa de la bonificación se aplica a su tarjeta CentAccount.®