



## Find out about your benefits

**Your benefits are the services Maryland Physicians Care covers.**

It's important that you understand your benefits. You can find out more about them in the member handbook. If you don't have a copy, we can send you one. Just call us at **1-800-953-8854**.

We can also help you make an appointment. We can help you find transportation to appointments. If you can't get to an appointment, let the provider's office know as soon as possible.

We offer free interpreter services to members. An interpreter can help you find out more about your benefits. An interpreter can also help you during medical appointments. Call Maryland Physicians Care Member Services at **1-800-953-8854**.

## Averigüe sobre sus beneficios

Sus beneficios son los servicios que cubre Maryland Physicians Care. Es importante que usted comprenda sus beneficios. Puede encontrar más información sobre ellos en el manual para miembros. Si no tiene una copia, podemos enviarle una. Llámenos al **1-800-953-8854**.

También podemos ayudarle a programar una cita. Le podemos ayudar a encontrar transporte para sus citas. Si no puede llegar a una cita, infórmele al consultorio del proveedor lo antes posible.

Ofrecemos servicios gratuitos de interpretación para miembros. Un intérprete puede ayudarlo a obtener más información sobre sus beneficios. Un intérprete también puede ayudarlo durante las citas médicas. Llame a Servicios para Miembros de Maryland Physicians Care al **1-800-953-8854**.



## Find us online

Maryland Physicians Care is online at [MarylandPhysiciansCare.com](https://MarylandPhysiciansCare.com). Our website has lots of helpful information. You can find a copy of your handbook. You can look for a provider.

Use our secure member portal to:

- Change your primary care provider
- Update your personal information
- Find pharmacy benefit information
- Send Maryland Physicians Care a message

Log in to the member portal at [MarylandPhysiciansCare.com](https://MarylandPhysiciansCare.com). Call **1-800-953-8854** if you have questions.

## The right care for you

Getting care that is right for your age and your health needs is important.

When your kids are young, they see a doctor who knows all about kids' health. That doctor is called a pediatrician. But when they grow up, their health needs change. That is when it is time to move to a doctor who knows about adult health.

Your doctor and your health plan can help you and your child make this change. If you need help finding a new doctor, talk with your doctor. Or call Member Services at **1-800-953-8854**.

## Are you at risk for diabetes?

**Type 2 diabetes is a condition that makes blood sugar levels higher than normal.** This happens when your body doesn't use insulin the right way. Some people are more at risk for type 2 diabetes. This includes people who:

- Are overweight
- Are over age 45
- Have family members with diabetes
- Have high blood pressure
- Are African-American, Alaska Native, American Indian, Asian-American, Hispanic/Latino, Native Hawaiian or Pacific Islander

If you have type 2 diabetes, you should see your provider several times a year. Your provider can make sure your diabetes is under control. You may need to watch what you eat. You may need to take pills or give yourself insulin shots. It's important to treat your diabetes. Untreated diabetes can hurt the eyes, kidneys, nerves or heart.

Maryland Physicians Care has health management services. We can help you live with chronic conditions like diabetes. Call **1-800-953-8854** to learn more.

### Are you a new member?

Do you have questions about your current plan and benefits? Visit [MarylandPhysiciansCare.com](https://MarylandPhysiciansCare.com) to locate the member handbook. It has many details about your health plan.

## Nondiscrimination Notice

Maryland Physicians Care complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability or sex. Maryland Physicians Care does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability or sex.

### Maryland Physicians Care:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
  - o Qualified sign language interpreters
  - o Written information in other formats, such as large print in a manner that takes into consideration the special needs of those who are visually impaired, hearing-impaired or have limited reading proficiency
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
  - o Qualified interpreters
  - o Information written in other languages

If you need a qualified interpreter, written information in other formats, translation or other services, call the number on your ID card or **1-800-953-8854**.

If you believe that Maryland Physicians Care 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 our Civil Rights Coordinator at:

Address: Attn: Civil Rights Coordinator  
1201 Winterson Road  
Linthicum, MD 21090  
Telephone: 1-800-953-8854, TTY 1-800-735-2258  
Email: [MPCCCompliance@marylandphysicianscare.com](mailto:MPCCCompliance@marylandphysicianscare.com)

You can file a grievance in person or by mail or email. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator 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, D.C. 20201, 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).

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

## Multi-language Interpreter Services

If you need a qualified interpreter, written information in other formats, translation or other services, call the number on your ID card or 1-800-953-8854. **Help is available in your language: 1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258).**  
**These services are available for free.**

### Español/Spanish

Hay ayuda disponible en su idioma: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Estos servicios están disponibles gratis.

### አማርኛ/Amharic

እገዛ በ ቋንቋዎ ማግኘት ይችላሉ:-: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. እነዚህ አገልግሎቶች ያለክፍያ የሚገኙ ነጻ ናቸው.

### العربية/Arabic

المساعدة متوفرة في لغتك: اتصل على الرقم **1-800-953-8854 (للمعاقين سمعياً: 1-800-735-2258)** مجاناً عرفت متامدخ لآ هذه

### 中文/Chinese

用您的语言为您提供帮助：**1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**。这些服务都是免费的。

### فارسی/Farsi

خط تلفن کمک به زبانی که شما صحبت می کنید: **1-800-953-8854 (خط تماس افراد ناشنوا 1-800-735-2258)** دن تسه سرتسد رد ناگیار تروص هب تامدخ نی

### Français/French

Vous pouvez disposer d'une assistance dans votre langue : **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Ces services sont disponibles pour gratuitement.

### ગુજરાતી/Gujarati

તમારી ભાષામાં મદદ ઉપલબ્ધ છે: **1-800-953-8854 (ટીટીવાય: 1-800-735-2258)**. સેવાઓ મફત ઉપલબ્ધ છે.

### Kreyòl Ayisyen/Haitian Creole

Gen èd ki disponib nan lang ou: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Sèvis sa yo disponib gratis.

### Igbo

Enyemaka di na asusu gi: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Oṣu ndi a di na enweghi ugwo i ga akwu maka ya.

### 한국어/Korean

사용하시는 언어로 지원해드립니다: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. 무료로 제공 됩니다.

### Português/Portuguese

A ajuda está disponível em seu idioma: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Estes serviços são oferecidos de graça.

### Русский/Russian

Помощь доступна на вашем языке: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Эти услуги предоставляются бесплатно.

### Tagalog

Makakakuha kayo ng tulong sa iyong wika: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Ang mga serbisyong ito ay libre.

### اردو/Urdu

آپ کی زبان میں مدد دستیاب ہے: **1-800-953-8854 (ٹی ٹی وائی: 1-800-735-2258)** سب سے بے قیمت خدمات

### Tiếng Việt/Vietnamese

Hỗ trợ là có sẵn trong ngôn ngữ của quý vị **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Những dịch vụ này có sẵn miễn phí.

### Yorùbá/Yoruba

Ìrànlọ́wọ̀ wà ní àrọ̀wọ̀tó ní èdè rẹ: **1-800-953-8854 (TTY: 1-800-735-2258)**. Awon ise yi wa fun o free.

# Visit our website

## Find information on:

- Quality improvement program
- Case management program
- Disease management program
- Clinical practice guidelines
- Utilization management, including decision-making criteria, affirmative statement and staff availability
- Pharmacy and prescription drug management
- Benefits and coverage
- Member rights and responsibilities
- Protected health information use and disclosure
- Member handbook
- Provider directory

If you do not have internet service, you can reach us by phone (numbers listed in “Who to call”) for more information.

## Who to call

### Member Services

(benefits, ID cards, appeals, PCP changes, etc.):

1-800-953-8854

### DentaQuest (adults only):

1-800-685-1150

### Healthy Smiles Dental

Services: 1-855-934-9812

### Public Mental Health

Services: 1-800-888-1965

### Superior Vision:

1-800-428-8789

### Utilization Management (UM):

1-800-953-8854—

follow prompts to UM

### Case Management/Disease Management:

1-800-953-8854

### Health Education Requests:

1-800-953-8854

# Visite nuestro sitio web

## Encuentre información sobre:

- El programa de mejora de calidad
- Los programas de gestión de casos
- Los programas de manejo de enfermedades
- Los lineamientos para el ejercicio profesional
- La Administración de la Utilización, incluido el criterio de toma de decisiones, la declaración afirmativa y la disponibilidad del personal.
- Administración de fármacos y medicamentos con prescripción.
- Beneficios y cobertura
- Derechos y responsabilidades de los afiliados
- Uso y divulgación de la información de salud protegida
- El manual para miembros
- El directorio de proveedores

Si no tiene servicio de internet, puede llamarnos por teléfono (a los números que aparecen en “A quién llamar”) para obtener más información.

## A quién llamar

**Servicios para Miembros (beneficios, tarjeta de identificación del miembro, apelaciones, cambios de PCP, etc.):**  
1-800-953-8854

**DentaQuest (solo para adultos):**  
1-800-685-1150

**Servicios odontológicos Healthy Smiles:** 1-855-934-9812

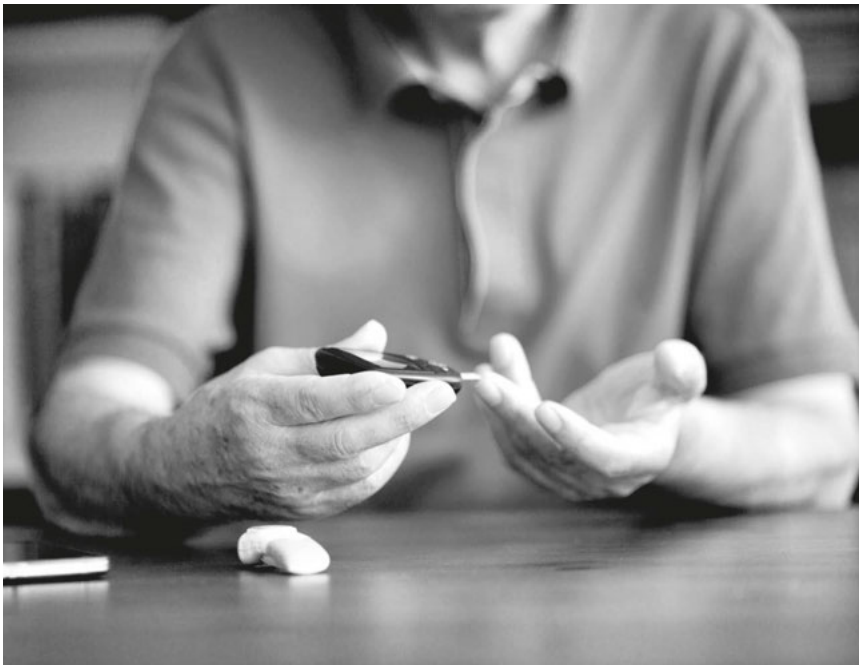
**Servicios Públicos de Salud Mental:**  
1-800-888-1965

**Superior Vision:** 1-800-428-8789

**Administración de la Utilización (UM):**  
1-800-953-8854 (siga las indicaciones para hablar con UM)

**Gestión de Casos/Manejo de Enfermedades:** 1-800-953-8854

**Solicitudes de educación sobre la salud:** 1-800-953-8854



## ¿Está en riesgo de diabetes?

**La diabetes tipo 2 es una afección en la que los niveles de azúcar en la sangre son más altos que lo normal.** Esto sucede cuando su cuerpo no usa la insulina de la manera adecuada. Algunas personas tienen más riesgo de diabetes tipo 2. Esto incluye a personas que:

- Tienen sobrepeso
- Tienen más de 45 años
- Tienen familiares con diabetes
- Tienen presión arterial alta
- Son afroamericanos, nativos de Alaska, indios americanos, asiático americanos, hispanos/latinos, nativos de Hawái o de las islas del Pacífico

Si tiene diabetes tipo 2, debe consultar a su proveedor varias veces al año. Su proveedor puede asegurarse de que su diabetes esté bajo control. Es posible que necesite estar atento a lo que come. Es posible que deba tomar pastillas o ponerse inyecciones de insulina. Es importante tratar su diabetes. La diabetes no tratada puede dañar los ojos, los riñones, los nervios o el corazón.

Maryland Physicians Care cuenta con servicios de administración de la salud. Podemos ayudarlo a vivir con enfermedades crónicas como la diabetes. Llame al **1-800-953-8854** para obtener más detalles.

### ¿Es usted un nuevo miembro?

¿Tiene alguna pregunta acerca de su plan y beneficios actuales? Visite **MarylandPhysiciansCare.com** para encontrar el manual para miembros. Tiene muchos detalles sobre su plan de salud.

## Encuéntrenos en línea

Maryland Physicians Care está en línea en **MarylandPhysiciansCare.com**. Nuestro sitio web tiene mucha información útil. Puede encontrar una copia de su manual. Puede buscar un proveedor.

Use nuestro portal para miembros seguro para:

- Cambiar su proveedor de atención primaria
- Actualizar su información personal
- Encontrar información de beneficios de farmacia
- Enviar un mensaje a Maryland Physicians Care

Inicie sesión en el portal para miembros en **MarylandPhysiciansCare.com**. Llame al **1-800-953-8854** si tiene alguna pregunta.

## La atención apropiada para usted

Es importante que obtenga asistencia médica apropiada para su edad y su estado de salud.

Cuando sus hijos son jóvenes, van a consulta con un médico especializado en la salud de los niños. A ese médico se le llama pediatra. Sin embargo, cuando sus hijos crecen, sus necesidades de salud cambian.

Es allí cuando llega el momento de cambiarse a un médico que sepa sobre la salud de los adultos.

Su médico y su plan de salud pueden ayudarlo a usted y a su hijo a realizar este cambio. Si necesita ayuda para conseguir un médico nuevo, hable con su médico. O comuníquese con Servicios para Miembros al **1-800-953-8854**.



Published by Manifest LLC. © 2019. 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. © 2019. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación se podrá reproducir, de manera total o parcial, sin la autorización expresa y por escrito del editor. La información de esta publicación pretende complementar (y no sustituir) las recomendaciones de su proveedor de atención médica. Consulte con su médico antes de realizar cambios importantes en su estilo de vida o en su régimen de atención médica. Manifest no ofrece respaldo ni garantías con respecto a cualquiera de los productos y servicios incluidos en esta publicación o sus artículos.

MPC\_H



## We are **here to help**

**Maryland Physicians Care wants to help you get and stay healthy.** We can help you with many things. We can help you:

- Get a paper copy of anything on our website, **MarylandPhysiciansCare.com**
- Get information about your health
- Find a doctor or another provider
- Get language services if you don't speak English
- Get a new copy of your member handbook
- Get a new ID card

Call Member Services at **1-800-953-8854** to learn how we can help you. Or visit **MarylandPhysiciansCare.com** for more information.

## Estamos aquí para ayudarle

Maryland Physicians Care desea ayudarlo a que esté y se mantenga saludable. Podemos ayudarlo con muchas cosas. Podemos ayudarlo con lo siguiente:

- Obtener una versión impresa de cualquier sección de nuestro sitio web en **MarylandPhysiciansCare.com**
- Obtener información sobre su salud
- Encontrar a un médico u otro proveedor
- Obtener servicios lingüísticos si no habla inglés
- Obtener una copia nueva de su manual para miembros.
- Obtener una nueva tarjeta de identificación

Llame a Servicios para Miembros al **1-800-953-8854** para obtener más información sobre cómo podemos ayudarlo. O visite **MarylandPhysiciansCare.com** para obtener más información.