



Your Benefits. Your Health. Your Future.



Schedule Your Annual Exam

Small steps today can prevent bigger problems later.

An annual exam helps you stay healthy and catch problems early. Annual exams and most screenings are **FREE**.

Annual Exam

Your doctor (primary care provider) may:



Recommend screenings and other preventive care you need based on your age and other findings



Review your health history and medications



Discuss healthy habits like food, exercise, and lowering stress

Cancer Screenings

Ask your PCP what tests you need.



Breast Cancer
Women over age 40



Colon Cancer
All adults over age 45



Lung Cancer
All adults with a long history of smoking



Cervical Cancer
Women over age 21



Prostate Cancer
Men over age 50

Vaccines

Ask your PCP what vaccines you need.

You may be at higher risk of hospitalization or severe illness if you have chronic conditions such as diabetes, heart disease, high blood pressure or take certain medications.

-  **Flu Shot**
-  **COVID Vaccine**
-  **Pneumonia Vaccine**
-  **Tetanus Vaccine**
-  **Shingles Vaccine**

Have questions or need help? Call Member Services: (833) 637-3519

Take the next step for your health — talk to your PCP!





Sus beneficios. Su salud. Su futuro.



Programe su examen anual

Pequeños pasos hoy pueden prevenir problemas más adelante.

Un examen anual le ayuda a mantenerse saludable y a detectar problemas a tiempo. Los exámenes anuales y la mayoría de los exámenes de detección son **GRATIS**.

Examen anual

Su médico (Proveedor de Atención Primaria) puede:



Recomendar exámenes de detección y otra atención preventiva que usted necesite según su edad y otros hallazgos



Revisar su historial de salud y sus medicamentos



Hablar sobre hábitos saludables como la alimentación, el ejercicio y la reducción del estrés

Exámenes de detección de cáncer

Pregunte a su PCP qué pruebas necesita:



Cáncer del seno
Mujeres mayores de 40 años



Cáncer de colon
Todos los adultos mayores de 45 años



Cáncer de pulmón
Todos los adultos con un largo historial de tabaquismo



Cáncer de cuello uterino
Mujeres mayores de 21 años



Cáncer de próstata
Hombres mayores de 50 años

Vacunas

Pregunte a su PCP qué vacunas necesita:

Usted puede tener un mayor riesgo de hospitalización o enfermedad grave si tiene afecciones crónicas como diabetes, enfermedad cardíaca, presión arterial alta o si toma ciertos medicamentos.

-  Vacunas contra la gripe
-  Vacuna contra el COVID
-  Vacuna contra la neumonía
-  Vacuna contra el tétanos
-  Vacuna contra el herpes zóster

¿Tiene preguntas o necesita ayuda? Llame a Servicios a los Miembros: (833) 637-3519

Dé el siguiente paso por su salud — ¡hable con su PCP!

