



First Things First



Fraud and Abuse



Inside

- It's Time to Get Your Flu Shot
- Pediatric and Adolescent Minimum Screening Recommendations
- Make-Ahead Light Mashed Potatoes
- Balance Billing

Community First Health Plans is dedicated to helping you. We try to help protect and keep healthcare resources available to you. We also help protect our healthcare partners and community. We know that checking and trying to prevent waste, abuse and fraud are important. It is important to keep healthcare affordable. Community First has taken steps to limit waste, fraud and abuse. Community First has a Special Investigation Unit to help us. They do research to find out about and prevent waste, abuse and fraud. The Special Investigation Unit looks at providers, members and the health plan.

DEFINITIONS

Suspicious Activity	This is when you think a person's actions fit with fraud, abuse or waste. This can be if someone used false information on claims or medical records. It can be a doctor or someone who works in that office. It can even be another member.
Fraud	When someone tries to fake or hide information on purpose. They do this to try to get something of value.
Abuse	When payment is received, but false information was not used on purpose. This can also be when someone tries to receive payment that should not be paid.
Waste	When payment is received, but false information was not used on purpose. Poor methods used by the provider or vendor caused extra costs to the health plan.

Community First reports suspicious activity. We work with law enforcement, government and regulatory agencies.

Some examples of member fraud are:

- Forging or selling your prescriptions
- Giving false information on your insurance application form
- Adding family members to your plan that are not your dependents
- Allowing someone else to use your ID card

continued on page 2

First Things First

For CHIP Members

Fraud and Abuse (continued from page 1)

Some examples of provider fraud are:

- Charging for services that you did not receive
- Charging for visits that you cancelled
- Billing more than one time for the same service
- Billing for one type of service but giving you another

What can you do to prevent fraud and abuse?

- Call us if you think someone is committing fraud or abuse. Our Fraud Hotline number is (210) 358-6332.
- Protect your member ID card like your credit card. Do not loan your member number to other people.
- Review your medical bills or receipts for anything that looks wrong.
- Be informed about fraud and abuse laws.

Balance Billing

As of November 17, 2008, the Texas Health and Human Services Commission (HHSC) does not allow CHIP providers to balance bill you. What is balance billing? This is when a provider charges you for covered services in addition to your co-payments and cost-sharing.

If you receive any covered services, the CHIP provider may only accept your co-payments and cost-sharing. Once you have paid this, your account should be considered to be paid in full. The rules do not allow providers to bill CHIP members or their guardians for any remaining

balances for covered services provided. These rules apply to network providers and non-network providers of covered services.

So what does this mean to you? Providers may only charge you the authorized co-payment. Balance billing is not allowed. If you receive a bill from your doctor or provider for covered CHIP services, please call us at (210) 358-6300 or toll-free at 1-800-434-2347. Have a copy of your bill when you call so that we may help you.

It's Time to Get Your Flu Shot

Flu season is here. That means it's time to get a flu shot.

The time of year, known as the "Flu Season," runs from November through April. So, it's time for you and your child to get immunized against the flu.

It's really never too late until the season is over.

And, by the way, that old myth that flu shots may give you the flu is simply not true. Most people do not experience any side effects from the flu shot. Some may experience soreness or swelling at the site of the shot or a mild headache.

Even though a flu shot won't always keep you from catching the flu, it's still your best protection.



Pediatric and Adolescent Minimum Screening Recommendations 2009



These are minimum recommendations applicable to both females and males (unless otherwise stated). The interventions listed below are not exhaustive and variations may be appropriate.

***At physician's discretion and/or based on risk factors.**

Screening	0-23 Months	2-6 Years	7-12 Years	13-18 Years
Routine Checkup (including health history, physical development and behavior assessment)	<ul style="list-style-type: none"> Newborn in hospital By 4 weeks At 2,4,6,9,12,15 and 18 months 	Every year	Every 1-2 years	Every 1-2 years
Obesity Screening		Calculation of body mass index (BMI) periodically	Calculation of body mass index (BMI) periodically	Calculation of body mass index (BMI) periodically
Urinalysis	Consider once between 9 & 12 months	5 years	Not routine	Once at 15 years
Blood Count (Hemoglobin & Hematocrit)	Once between 1 and 12 months	Not routine	Not routine	Not routine
Lead Screening	Once by age 2 years*	Not routine*	Not routine*	Not routine*
Cholesterol Test	Not routine*	Not routine**	Not routine*	Not routine*
Vision Screening	For light reflex & accommodation	Every 2 years beginning at 3-4 years	Every 2 years	Every 2 years
Hearing Screening*	Startle Reflex assessment	Once at 3-5 years	Not routine	Once at 13-17 years
Tuberculosis Screening	PPD every year if at high risk	PPD every year if at high risk	PPD every year if at high risk	PPD every year if at high risk
Pap Smear and Pelvic Exam (Females)				Every routine check-up, beginning at 18 years or earlier if sexually active
Testicular Self-exam Instruction (Males)				Every routine check-up, beginning at 13 years-early adolescent
Initial Dental Referral		Once at 2-3 years with subsequent visits as prescribed by dentist as indicated		
General Counseling - Clinicians should counsel patients periodically as appropriate about dietary assessment/nutrition, physical activity, promoting dental health (fluoride, dental hygiene), injury prevention (seat belts, bike helmets, sports), cancer surveillance, sexual practices (STDs, unintended pregnancies, contraception) and substance abuse (alcohol, tobacco, drugs).				



Source: Lynna Thomas, Owner, The Weinert House Inn, Seguin, Texas, and a volunteer with Fit City

Healthy Recipes From Fit City Make-Ahead Light Mashed Potatoes

10	Large potatoes, peeled and quartered	6 Tbsp.	Low-fat butter substitute, divided
		2 Tbsp.	Dried onion, minced
1 cup (8 oz.)	Fat-free or low-fat sour cream		Salt to taste
8 oz. pkg.	Fat-free cream cheese		Paprika for garnish

- Cook potatoes till fork tender. Drain and place in bowl. Mash with electric mixer. Add sour cream, cream cheese and butter substitute (4 tablespoons), onion and salt. Mix well.
- Spread in a 9" x 13" baking dish sprayed with Pam. Drizzle remaining butter substitute over top. Refrigerate or bake immediately, covered, 40 minutes at 350 degrees. Uncover. Bake an additional 20 minutes. If refrigerated, let stand 30 minutes at room temperature before baking. Serves 12.

Primero lo primero

Para los Miembros de CHIP

Fraude y abuso (continúa de la página 6)

Algunos ejemplos de fraude por parte de proveedores son:

- Cobrar por servicios que usted no recibió
- Cobrar por visitas que usted canceló
- Facturar más de una vez por el mismo servicio
- Facturar un tipo de servicio y prestarle otro

¿Qué puede hacer para prevenir fraude y abuso?

- Llámenos si piensa que alguien está cometiendo fraude o abuso. El número de nuestra Línea Directa Contra el Fraude es: 210-358-6332.
- Proteja su tarjeta de identificación de miembro como si fuera su tarjeta de crédito. No dé su número de miembro a los demás.
- Revise sus cuentas médicas o recibos para ver si hay algo que está mal.
- Infórmese sobre las leyes de fraude y abuso.

Facturación de saldos

A partir del 17 de noviembre de 2008, la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas (HHSC) no permitirá que los proveedores de CHIP le envíen un cobro por facturación de saldos. ¿Qué es la facturación de saldos? Es el cobro que un proveedor le hace por un servicio cubierto, además de los copagos y su participación en los costos.

Si usted recibe algún servicio cubierto, el proveedor sólo puede aceptar los copagos y la participación en los costos. Una vez que usted haya pagado estas sumas, la cuenta se debe tener por pagada en su totalidad. Las reglas no permiten que los

proveedores cobren a los miembros de CHIP ni a sus tutores ningún saldo restante por los servicios cubiertos prestados. Estas reglas se aplican a los proveedores de servicios cubiertos, ya sean de la red y de fuera de la red.

Bueno, ¿qué significa esto para usted? Los proveedores sólo pueden cobrarle el copago autorizado. No se permite la facturación de saldos. Si usted recibe un cobro de su doctor o proveedor por servicios cubiertos por CHIP, por favor, llámenos al 210-358-6300 o gratis al 1-800-434-2347. Cuando llame, tenga a la mano una copia del cobro para que le podamos ayudar.

Es Tiempo Para Recibir la Vacuna Antigripal

Es tiempo para recibir la vacuna contra la gripe.

La temporada de la gripe corre de noviembre hasta abril así es que es ya tiempo para que usted o su hijo reciban la vacuna.

La vacuna antigripal no causa la gripe. La mayoría de las personas ni experimentan efectos secundarios.

Aunque la vacuna antigripal no siempre previene la gripe, es la mejor defensa que tenemos.





Primero lo primero



Fraude y abuso



Community First Health Plans está dedicado a ayudarle. Tratamos de ayudar a proteger y mantener los recursos de atención médica disponibles para usted. También ayudamos a proteger a nuestros socios de atención médica y en la comunidad. Sabemos que es importante comprobar si hay malgasto, abuso y fraude y tratar de prevenirlos. Es importante mantener la atención médica económica. Community First ha tomado medidas para limitar el malgasto, fraude y abuso. Community First tiene una Unidad de Investigaciones Especiales para ayudarnos. Ellos hacen investigaciones para averiguar sobre el malgasto, abuso y fraude. También tratan de prevenir y eliminar el malgasto, abuso y fraude. La Unidad de Investigaciones Especiales investiga a los proveedores, miembros y al plan de salud.

DEFINICIONES

Actividad sospechosa Si usted cree que alguien ha cometido fraude, abuso o malgasto. Puede ser si alguien usó información falsa en solicitudes de pago o en expedientes médicos. Puede ser un doctor o alguien que trabaja en ese consultorio. Hasta puede ser otro miembro.

Fraude Si alguien trata de engañar o esconder información a propósito. Lo hacen para intentar conseguir algo de valor.

Abuso Si se recibe un pago, pero no se usó información falsa a propósito. También puede ser si alguien intenta recibir un pago que no se debería haber hecho.

Malgasto Si se recibe un pago, pero no se usó información falsa a propósito. Métodos inadecuados que usó el proveedor o vendedor y que ocasionaron costos adicionales al plan de salud.

Community First informa sobre actividades sospechosas. Trabajamos con la autoridad judicial o policial y con los departamentos gubernamentales y de regulación.

Algunos ejemplos de fraude por parte de miembros son:

- Falsificar o vender sus recetas
- Dar información falsa en su forma de solicitud para el seguro
- Agregar familiares a su plan que no están a su cargo
- Permitir que otra persona use su tarjeta de identificación

continuado en página 5

Adentro

- Es tiempo para recibir la vacuna antigripal
- Recomendaciones de pruebas mínimas de detección para niños y adolescentes
- Puré de papa light preparado de antemano
- Facturación de saldos



COMMUNITY FIRST
HEALTH PLANS

Keeping Our Commitment to You

4801 NW Loop 410, Suite 1000
San Antonio, TX 78229

PRSR STD
U.S. POSTAGE
PAID
SAN ANTONIO, TX
PERMIT #4043

Recomendaciones de pruebas mínimas de detección para niños y adolescentes de 2008



Estas son las recomendaciones mínimas que son pertinentes a los hombres y mujeres (a menos que se indique de otra forma). Las intervenciones que se mencionan a continuación no son exhaustivas y quizás sean pertinentes algunas variaciones.

***A discreción del médico o según los factores de riesgo.**

Prueba de detección	0-23 meses	2-6 años	7-12 años	13-18 años
Chequeo periódico (con historial de salud, valoración de desarrollo físico y de comportamiento)	<ul style="list-style-type: none"> Recién nacido en el hospital A las cuatro semanas, A los 2,4,6,9,12,15 y 18 meses 	Cada año	Cada 1-2 años	Cada 1-2 años
Prueba de detección de obesidad		Cálculo periódico del índice de masa corporal (BMI)	Cálculo periódico del índice de masa corporal (BMI)	Cálculo periódico del índice de masa corporal (BMI)
Análisis de la orina	Considérelo una vez entre los 9 y 12 meses	5 años	No es periódico	Una vez a los 15 años
Conteo sanguíneo (hemoglobina y hematocrito)	Una vez entre 1 y 12 meses	No es periódico	No es periódico	No es periódico
Prueba de detección de plomo	Una vez antes de cumplir 2 años*	No es periódica*	No es periódica*	No es periódica*
Prueba de colesterol	No es periódica*	No es periódica**	No es periódica*	No es periódica*
Prueba de la vista	Para reflejo foto motor y adaptación a la luz	Cada 2 años a partir de los 3-4 años	Cada 2 años	Cada 2 años
Prueba de la audición*	Evaluación del reflejo de sobresalto	Una vez a los 3-5 años	No es periódica	Una vez a los 13-17 años
Prueba de detección de la tuberculosis	Prueba cutánea cada año si corre un alto riesgo	Prueba cutánea cada año si corre un alto riesgo	Prueba cutánea cada año si corre un alto riesgo	Prueba cutánea cada año si corre un alto riesgo
Prueba de Papanicolaou* y examen pélvico (mujeres)				Todos los chequeos periódicos, empezando a los 18 años o antes si es sexualmente activa
Autoexamen testicular Instrucción (hombres)				Todos los chequeos periódicos, empezando a los 13 años, a principios de la adolescencia

Primer envío a servicios dentales

Una vez a los 2-3 años con visitas subsiguientes prescritas por el dentista según se indique

Orientación general: el personal médico debe aconsejar periódicamente a los pacientes según sea pertinente sobre una evaluación de la dieta o nutrición, la actividad física, la promoción de la salud dental (fluoruro, higiene dental), la prevención de lesiones (cinturón de seguridad, casco para andar en bicicleta, deportes), vigilancia del cáncer, prácticas sexuales (enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, anticonceptivos) y abuso de sustancias (alcohol, tabaco, drogas).



Fuente: Lynna Thomas, Dueña, The Weinert House Inn, Seguin, Texas, voluntaria de Fit City

Recetas saludables cortesía de Fit City

Puré de papa light preparado de antemano

10	Papas grandes peladas y cortadas en cuartos	6 cda.	Sustituto de mantequilla bajo en grasa, dividido
1 taza (8 oz)	Crema agria sin grasa o baja en grasa	2 cda.	Cebolla seca picada
Paquete de 8 oz	Queso crema sin grasa		Sal al gusto
			Paprika para adornar

- Cocine las papas hasta que se ablanden. Escurra y póngalas en un tazón. Haga puré con una batidora eléctrica. Agregue la crema agria, el queso crema y el sustituto de mantequilla (4 cucharadas), la cebolla y la sal. Mézclelos bien.
- Rocíe con PAM un molde para hornear de 9" x 13" y ponga el puré de papa dentro. Eche encima el resto del sustituto de mantequilla. Póngalo en el refrigerador u hornéelo en seguida, tapado, a 350 grados durante 40 minutos. Destápelo. Hornéelo 20 minutos más. Si lo pone en el refrigerador, déjelo durante 30 minutos a temperatura ambiente antes de hornearlo. Para 12 personas.