

**Stay active and
live comfortably,
with benefits that include
alternative treatments.**



If you have chronic pain and want to avoid medications and surgery, your doctor might suggest alternative therapies. Blue Cross® Blue Shield® Arizona (AZ Blue) Medicare Advantage offers plans that cover chiropractic, acupuncture, and therapeutic massage.



Back and hip discomfort or frequent headaches?
Chiropractic care may help.



New painful injury or longstanding arthritic pain in your knee?
Acupuncture may help.



Persistent neck aches and tightness from posture or sleeping position?
Therapeutic massage may help.

Using an American Specialty Health (ASH) provider, you are covered for combined visits between chiropractic, acupuncture, and therapeutic massage per year. **Your Blue Best Life HMO plan covers 30 total combined visits.**

You can relax knowing these treatments are covered.

1

Find a contracted provider near you

Call ASH Customer Service at **1-800-678-9133**, **TTY: 711** (Monday through Friday, 6 a.m. to 9 p.m.; Saturday, 1 p.m. to 9 p.m. Mountain time) for a list of eligible/participating providers near you.

2

Schedule an appointment with the provider

Call the provider to schedule an appointment or schedule one online, if available.

3

Take your ID card to your appointment

The provider will verify your coverage before they provide services.



AZ Blue Member Services:

480-937-0409 (in Arizona) or toll-free at **1-800-446-8331**, **TTY: 711**. Hours are 8 a.m. to 8 p.m. Monday through Friday from April 1 to September 30, and daily from October 1 to March 31.

azblue.com/medicare



An Independent Licensee of the Blue Cross Blue Shield Association

Alternative therapy benefits are provided by American Specialty Health Fitness, Inc. (ASH Fitness), a subsidiary of American Specialty Health Incorporated (ASH). This information is not a complete description of the program. ASH is an independent and separate company contracted with AZ Blue to provide health and wellness services to AZ Blue members.

Blue Cross®, Blue Shield®, and the Cross and Shield Symbols are registered service marks of the Blue Cross Blue Shield Association, an association of independent Blue Cross and Blue Shield Plans. Blue Cross Blue Shield of Arizona is contracted with Medicare to offer HMO Medicare Advantage plans. Enrollment in AZ Blue plans depends on contract renewal.

©2025 American Specialty Health Incorporated (ASH). All rights reserved.

Y0137_M42090PY26_M

Manténgase activo y viva cómodamente, con beneficios que incluyen tratamientos alternativos.



Si tiene dolor crónico y desea evitar los medicamentos y la cirugía, su médico podría sugerirle terapias alternativas. Medicare Advantage de Blue Cross® Blue Shield® Arizona (AZ Blue) ofrece planes que cubren quiropráctica, acupuntura y masajes terapéuticos.



¿Tiene malestar en la espalda y la cadera o dolor de cabeza frecuente?
La atención quiropráctica puede ayudar.



¿Tiene una nueva lesión dolorosa o un dolor artrítico crónico en la rodilla?
La acupuntura puede ayudar.



¿Tiene dolor persistente y rigidez en el cuello debido a la postura o la posición al dormir?
El masaje terapéutico puede ayudar.

Al acudir a un proveedor de American Specialty Health (ASH), tiene cobertura para consultas combinadas entre quiropráctica, acupuntura y masajes terapéuticos por año. **Su plan Blue Best Life HMO cubre un total de 30 consultas combinadas.**

Puede relajarse sabiendo que estos tratamientos están cubiertos.

1

Encuentre un proveedor contratado cerca de usted

Llame al Departamento de Servicio al Cliente de ASH al **1-800-678-9133, TTY: 711** (De lunes a viernes, de 6 a.m. a 9 p.m.; sábados, de 1 p.m. a 9 p.m., tiempo de la montaña) para obtener una lista de proveedores elegibles/adheridos cerca de usted.

2

Programe una cita con el proveedor

Llame al proveedor para programar una cita en persona o hágalo en línea, si está disponible.

3

Lleve su tarjeta de identificación a la cita

El proveedor verificará su cobertura antes de que le brinden servicios.



Atención al Cliente de AZ Blue:

480-937-0409 (en Arizona) o al número gratuito **1-800-446-8331, TTY: 711**. El horario de atención es de 8 a.m. a 8 p.m., de lunes a viernes, desde el 1 de abril hasta el 30 de septiembre, y todos los días desde el 1 de octubre hasta el 31 de marzo.

azblue.com/medicare



Un licenciario independiente de Blue Cross Blue Shield Association

Los beneficios de terapia alternativa son proporcionados por American Specialty Health Fitness, Inc. (ASH Fitness), una subsidiaria de American Specialty Health Incorporated (ASH). Esta información no es una descripción completa del programa. ASH es una compañía independiente y separada que tiene contratos con AZ Blue a fin de proporcionar servicios de salud y bienestar a los miembros de AZ Blue.

Blue Cross®, Blue Shield®, y los símbolos de la cruz y el escudo son marcas de servicio registradas de Blue Cross Blue Shield Association, una asociación de los planes independientes Blue Cross y Blue Shield.

Blue Cross Blue Shield of Arizona tiene contrato con Medicare para proporcionar planes HMO de Medicare Advantage. La inscripción en los planes AZ Blue depende de la renovación del contrato.

©2025 American Specialty Health Incorporated (ASH). Todos los derechos reservados.

Y0137_M42090PY26_M