

A dónde ir para asuntos importantes del cuidado de la salud.

Para la mayoría de los problemas de salud, y para atención médica, primero debe acudir a su doctor regular. Ahí usted recibirá el mejor de los cuidados porque le conocen bien al igual que su historial médico.

! Oficina de Doctor o Clínica

El mejor lugar para recibir cuidado médico es la oficina del doctor o la clínica para enfermedades comunes, para heridas menores, y para exámenes rutinarios de salud. Su médico también lo puede ayudar a mejorar su salud con el tiempo.

Usted debe hacer una cita con la oficina de su doctor para:

- Enfermedades comunes como resfríos, gripe, dolor de oídos y garganta, migrañas, fiebre o erupciones de la piel.
- Heridas menores como torceduras, dolor de espalda, cortaduras y quemaduras menores, pequeños huesos rotos, y heridas menores de los ojos.
- Exámenes físicos regulares, surtir su medicina, para las vacunas, y exámenes varios.
- Cualquier problema de salud donde usted necesite consejo.

Estas clínicas, generalmente están abiertas durante horas de oficina. Puede ser que tengan horario continuo y citas para el fin de semana.



! Clínicas de cuidado urgente

Cuando su doctor no está disponible, las clínicas de cuidado urgente, le proporcionan atención para problemas menores en los que su vida no corre peligro. O para atender problemas menores de salud que podrían empeorar si usted no se atiende a tiempo.

En las clínicas de cuidado urgente también le atienden sin hacer cita, y a menudo están abiertas siete días a la semana y con horario continuo.

Cuando su doctor regular o la asistencia médica en las clínicas no está disponible, usted debe acudir a una clínica de cuidado urgente para:

- Enfermedades comunes como resfríos, gripe, dolor de oídos y garganta, migrañas, fiebre o erupciones de la piel.
- Heridas menores como torceduras, dolor de espalda, cortaduras y quemaduras menores, pequeños huesos rotos, o heridas menores de los ojos.

Estas clínicas, generalmente están abiertas por la tarde y noche, y durante el fin de semana. Algunas clínicas de cuidado urgente están abiertas las 24 horas del día, siete días por semana.

No importa a donde acuda para recibir servicio médico, siempre asegúrese de llevar con usted la lista de las medicinas que está tomando.

! Salas de Emergencia de Hospital

Usted debe acudir a una sala de emergencias, para problemas muy graves de salud o cuando su vida este en peligro. Las salas de emergencias del hospital no son el lugar para enfermedades comunes ni heridas menores.

¡Si experimenta cualquiera de los síntomas siguientes, no espere! Llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana a su hogar.

- Dolor de pecho
- Dolor abdominal severo
- Tosiendo o vomitando sangre
- Quemaduras severas
- Cortaduras profundas que están sangrando continuamente.
- Visión borrosa repentina.
- Dificultad para respirar o falta de aliento.
- Mareos repentino, debilidad, o pérdida de coordinación o equilibrio
- Entumecimiento de la cara, los brazos o las piernas.
- Dolor de cabeza severo y repentino (no una migraña)
- Convulsiones.
- Fiebre muy alta.
- O cualquier otra condición que usted crea que pone en riesgo su vida.

Estas están abiertas las 24 horas, siete días por semana, 365 días al año.

¿A Dónde acudir para el cuidado de su salud?

¿Cuándo las enfermedades, accidentes, y las heridas suceden, a donde debe acudir usted para su cuidado?

Si esta inseguro a donde acudir para recibir esta ayuda, llame a su doctor o a un teléfono de asistencia de salud.

Números de teléfono después de horas de oficina

Durante horas de oficina regulares, llame a la oficina de su doctor. Muchas compañías de seguros y los hospitales tienen una enfermera que le atenderá las 24 horas, 7 días de la semana para ayudarle a decidir adónde acudir para su cuidado después de las horas de oficina.

Para aquellos con otros servicios de aseguranza no incluidos aquí, deben verificar sus tarjetas de seguro para más información.

Los cuales son los siguientes:

Aetna
(800) 556-1555

Amerigroup
(866) 864-2544

Planes de la Salud de la Comunidad de Washington (Community Health Plans of Washington)

(Basic Health, Healthy Options/CHIP, Medical Care Services, Washington Health Program, Medicare Advantage)

(866) 418-1002 (línea de consejo de enfermera)

(866) 418-1006 (TTY para los que tienen problemas de habla y audición)

Cuidado Coordinado
(877) 644-4613

Cooperativa de la Salud de Grupo (Group Health Cooperative)
(800) 297-6877

Molina (Basic Health, Healthy Options, Medicaid)
(888) 275-8750 (inglés)

(866) 648-3537 (español)

Premera Cruz Azul (Premera Blue Cross)
(877) 728-9020

Plan de la Comunidad de Cuidado de Salud Unida (UnitedHealthcare Community Plan)

(877) 543-3409

(866) 648-3537 (Spanish)

Esta información es provista por:



Oficinas de Doctor, Clínicas de Cuidado Urgente, o Salas de Emergencia?

Un guía para ayudarle a escoger el mejor lugar para el cuidado de su salud

