

Alameda Alliance for Health

Su lista de control de atención médica



Use esta lista de control antes, durante y después de cada consulta con el médico.

En Alameda Alliance for Health (Alliance), estamos aquí para ayudarle. Como su socio en el cuidado de la salud, creamos esta lista de control de atención médica para ayudarle a prepararse mejor para su consulta médica.

Antes de la consulta con el médico:

- Cuando sea posible, programe sus citas con anticipación. Las consultas que no sean urgentes pueden tardar entre **dos (2) y tres (3) semanas** en programarse.
- Si es nuevo en Alliance, programe un examen de salud. Consulte al médico antes de que su inquietud sobre cuestiones de salud se vuelva un problema.
- Averigüe el número telefónico de su médico para contactarlo en las noches y en fines de semana. Consultar a un médico o enfermera por teléfono puede ayudarle a evitar una visita a la sala de emergencia (Emergency Room, ER).

¿Necesita ayuda durante su consulta médica?

- Informe al consultorio de su médico con anticipación si tiene una discapacidad o necesita ayuda para obtener servicios de interpretación o de transporte. De esta forma, el personal del consultorio de su médico podrá prepararse. Para programar servicios de interpretación o de transporte, llame a la línea gratuita del Departamento de Servicios al Miembro de Alliance al **1.877.932.2738**.
- Solicite el servicio gratuito de interpretación de idiomas con anticipación. Llame al menos **cinco (5) días** antes de su consulta médica.
- Miembros de Alliance Medi-Cal:** Solicite un pase de autobús o transporte para discapacitados para llegar al consultorio de su médico. Llame al menos **siete (7) días** antes de la fecha en que necesitará el transporte.



Además de su lista de control, recuerde llevar lo siguiente:

- Su tarjeta de identificación de miembro de Alliance.
- Identificación con fotografía.
- Todos los medicamentos, las vitaminas, las hierbas y los medicamentos de venta libre que tome.
- Una lista de sus preguntas e inquietudes de salud.
- Información de médicos anteriores.
- Lápiz y papel para anotar las recomendaciones del médico.

Asegúrese de llegar temprano. Es posible que deba completar algunos formularios.

¿No puede asistir a su cita? Llame a su consultorio médico para cancelar.

Su lista de control de atención médica

Durante la consulta con su médico:

- Hable con el médico sobre sus necesidades de salud.
 - ¿Siente dolor?
 - ¿Su medicina le hace sentir mal?
 - ¿Desea saber más sobre su enfermedad?
- Pida que lo remitan con un especialista, si necesita uno.
- Repita las recomendaciones del médico. Tome notas y asegúrese de entenderlas. Informe a su médico si necesita ayuda para seguir sus consejos. Establezcan un plan en el que los dos puedan estar de acuerdo.
- Recuerde, si está asignado a Alameda Health System (AHS), también recibirá los servicios de laboratorio de AHS.

¡Manténgase en contacto!

- ¡Llame al Departamento de Servicios al Miembro de Alliance si necesita ayuda!
- Si se mudó o cambió su número, avise al consultorio de su médico y a Alliance.
- ¿Espera una llamada de su médico? Asegúrese de que su familia lo sepa.

Información de su médico

Nombre de su médico: _____

Número de teléfono durante el día: _____

Número de teléfono fuera de horario de oficina: _____

Dirección: _____

Notas: _____



¿Tiene preguntas? Llame al Departamento de Servicios al Miembro de Alliance
De lunes a viernes, de 8 am a 5 pm

Número de teléfono: **1.510.747.4567** • Línea gratuita: **1.877.932.2738**

Personas con problemas auditivos y del habla (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

www.alamedaalliance.org