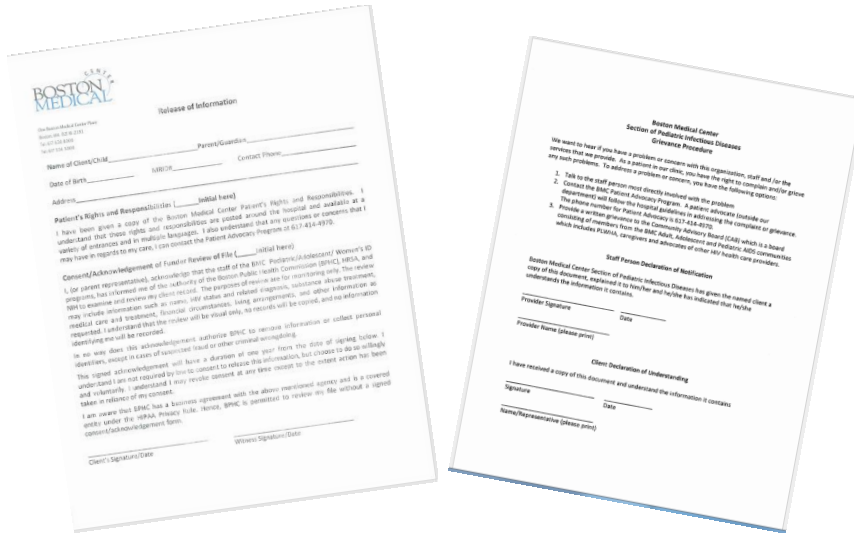


Estar enterado

El mantenerse informado(a) sobre su salud (incluyendo sus diagnósticos y lo que significan) y cómo mantenerse saludable es importante por muchas razones. En caso de una emergencia, es bueno saber qué medicamentos está tomando y si tiene alergias a cualquier medicamento. Cuando vaya al médico para su cita anual, es bueno saber que debe incluir en los formularios y qué preguntas le puede hacer el médico.



Llene el formulario "Información para tener a la mano" que se encuentra a continuación y repáselo con su proveedor / trabajador social / administrador de caso.

Las visitas con los médicos y proveedores que atienden a adultos, generalmente son cortas; usualmente de 15-20 minutos. Aprenda a dar su información rápidamente y asegúrese que usted entiende lo que le dicen y haga preguntas para entender.



Prepárese para hablar sobre: "queja principal o preocupación": ¿Porqué vino HOY al proveedor?

- Medicamentos o tratamientos actuales y cómo están funcionando o no funcionando para usted
 - Cuando necesita rellenar su medicamento. Hágale saber a su proveedor por lo menos 5 días antes de que se termine se le termine. Si no tiene una cita pronto, llame a la clínica y hágales saber que se le está acabando su medicina.
 - Mire la botella de su medicina. Debe enumerar el numero de veces que usted puede rellenar esa receta.
 - Si su clínica tiene un portal para pacientes en el internet, es posible que pueda usarlo para pedir mas rellenos de su medicamento, pero recuerde hacerlo por lo menos 5 días antes que se termine su medicamento.
 - Historia médica anterior: practique dar su historia médica en 3 minutos
 - Breve resumen de la información actual relacionada con su estado de salud (cosas nuevas, cómo se siente, preocupaciones)
 - Problemas / preocupaciones de los que le gustaría hablar en su próxima cita si no hay tiempo hoy
 - Recursos que necesita (equipos, suministros médicos?, servicios)

Haga preguntas sobre

- El plan de cuidado que su proveedor recomienda (medicamentos, pruebas de laboratorio, terapias, rutinas)
- Porqué es este el mejor plan de acción
- Qué hacer a continuación, quién lo hará y cuándo lo hará

Si no entiende a su proveedor, puede decir

- • Por favor, dígame más acerca de eso.
- • ¿Podría escribir eso para mí?
- • ¿Dónde puedo encontrar más información sobre esto?
- • ¿Hay algo para leer sobre esto que me pueda dar?

???

Si no puede ir a una de sus visitas:

- Llame a la clínica por lo menos 1-2 días antes de la cita o tan pronto sepa que no va a poder asistir a su cita
 - Muchas clínicas hacen llamadas o envían mensajes para recordarle de sus citas, este podría ser un buen momento para decirles que no va a poder asistir a su cita
- Programe una nueva cita
 - Llame a la clínica y haga una cita para un día que sea compatible con su horario



- Es importante avisarles apenas sepa que no va a poder asistir a su cita. Otra persona podría usar la cita a la cual usted no puede asistir.

Llegando a su cita:

Sección sobre como establecer transporte por receta (PT1, siglas en ingles)

Pídale a alguien en el consultorio de su médico que solicite un transporte por receta si usted tiene "MassHealth Standard." ¿Tiene usted "Gatra," "MRTA," o "Cape Ann Transportation"? Depende de donde vive. Cuando la receta esté establecida y sepa cual es la compañía de transporte, llame a "Gatra" o a "Cape Ann Transportation" para programar su transporte. Todo transporte tiene que ser programado con por lo menos 3 días laborales de anticipación (no incluyendo sábados, domingos, o días feriados).

Si tiene MRTA, usted puede programar su transporte por el internet:

1. Haga clic en el enlace <https://cp-mart.gryde.com/v15/NemtBookRide.html> y seleccione "log in".
2. Ingrese el nombre del usuario ("username") y su contraseña ("password"). Luego seleccione "log in".
3. Seleccione la dirección donde debe ser recogido(a) en el menú desplegable y asegúrese de que la dirección del hospital es la correcta (850 Harrison Ave. Boston).
4. Seleccione la fecha y hora de su cita.
5. Seleccione "returning" (regresando) para seleccionar la hora de regreso en la que le gustaría ser recogido.
6. Seleccione "Book trip" (reservar viaje).
7. Seleccione el nombre del usuario en la esquina superior derecha y seleccione "my trips" (mis viajes). Esto le mostrará su próximo viaje y también sus viajes anteriores.

