MEJOR SIGNIFICA:

ambetter. DE | nh healthy families

¡APROVECHAR AL MÁXIMO SU VISITA AL CONSULTORIO!

Estar preparado o preparada para su cita le ayuda a enfocarse en su salud.

El tiempo que pasa con su médico es importante. Asegúrese de hacer preguntas y hablar abiertamente sobre su salud.

Para su comodidad, anote los detalles de su próxima cita aquí:

Nombre del médico _____

Fecha/Hora _____

Dirección/Núm. de suite _____

¡Llénela!

Use esta lista de control para hacer contar su visita al consultorio.

Antes de su visita

- ☐ Llame para confirmar su cita. Asegúrese de que ese médico pertenezca a la red de Ambetter.
- ☐ Anote todas las preguntas que tenga. Encontrará algunas preguntas sugeridas al dorso de esta guía.
- ☐ Asimismo, anote todo síntoma o padecimiento que tenga.
- ☐ Haga una lista de todos los medicamentos que use actualmente, incluidos los que se venden con y sin receta y las vitaminas y suplementos.

Durante su visita

- ☐ Traiga esta lista de control como recordatorio de los temas sobre los que desea hablar.
- ☐ Use esta lista de control para tomar notas durante su cita.
- ☐ Hable con su médico sobre su salud general, diagnóstico y tratamiento. Hable en detalle o explore las opciones que tiene.
- ☐ Antes de irse, programe su cita siguiente. Anótela en esta guía e inclúyala en su calendario.

Después de su visita

- ☐ Repase sus notas y recoja en su farmacia todo medicamento de venta con receta que le hayan recetado.
- ☐ Si le hicieron análisis de sangre u otras pruebas, espere los resultados de acuerdo con las instrucciones de su médico.
- ☐ Hable sobre su visita al consultorio con alguien de su confianza. Compartir su experiencia puede ayudarle a mantenerse en buena dirección con sus planes de tratamiento.

Ambetter.NHhealthyfamilies.com

Ambetter de NH Healthy Families está asegurada por Celtic Insurance Company.
© 2019 NH Healthy Families. Todos los derechos reservados.
AMB19-NH-C-00133-S

1-844-265-1278
(TTY/TDD 1-855-742-0123)

MEJOR SIGNIFICA: TOMAR EL CONTROL DE SU SALUD

Use este lado de la lista de control para prepararse para su cita.

Algunos temas que ayudan a empezar a prepararse mentalmente para su visita al consultorio:

- ¿Toma medicamentos? De ser así, ¿está teniendo algún efecto secundario?
- ¿Está al día con su vacuna contra la gripe y exámenes preventivos (de cáncer colorrectal, de la próstata y/o de seno, diabetes/glucosa en la sangre, etc.)?
- ¿Tiene una rutina de ejercicio?
- ¿Tiene algún dolor o padecimiento que le molesta con frecuencia o le impide hacer cosas del día a día?
- ¿Tiene problemas para dormir? ¿Se siente triste?

Actualmente tomo estos medicamentos/suplementos:	Dosis	Hora en que lo toma

Tengo estas preguntas/inquietudes:

Notas de mi visita al consultorio que deseo darles seguimiento:

¡Consejo!

Confirme que toda remisión sea para proveedores que participan en la red de Ambetter. De lo contrario, pida una remisión a un proveedor que esté dentro de la red.

Mi cita de seguimiento es: _____

¡No olvide dar seguimiento después de su visita!

Cuidarse la salud es un proceso continuo. Consulte la portada de esta guía para ver útiles recordatorios de lo que debe hacer después de su cita. Y, si tiene preguntas adicionales, visítenos en línea en Ambetter.NHhealthyfamilies.com.