Conviértase en un consumidor **informado**

La atención médica sin misterios.

1. Escoja el doctor correcto para usted.
Decida qual de los caracteristicos son los mas importantes para usted:

- Alguien con quien usted tenga confianza y se sienta seguro?
- Alguien que puede ser su guía atraves la systema médica?
- Alguien que tome tiempo a hablar y escucharle?
- Alguien disponible por téléphono?
- Tiene planes a cambiar oficinas o clinicas? Si es cierto, quedaria como un proveedor participante en su plan?

Tienes el derecho de cambiar proveedores. Si su proveedor no alcansa sus necesidades personales, busca uno que pueda. Si su plan requiere un médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés), póngase en contacto con el Departamento de Atención al Cliente y lo ayudaremos con el cambio.

2. Comuniquese con su doctor.
Mantenga una lista escrita sobre cualquier preguntas y preocupaciones que tenga usted para resolvar con su doctor en su proxima cita. Mantenga una lista escrita sobre sus sintomas, cuando empesaron, y los metodes uso para mejorarlas. Lleve la lista a su proxima cita.

Cuando llame a su doctor esté listo para claramente explicar sus problemas. Aclare cualquier preocupación sobre su diagnosis o tratamiento sugerido con su proveedor. Si su proveedor no está disponible, pregunta si pueda tener una cita con un proveedor en el mismo "call group."

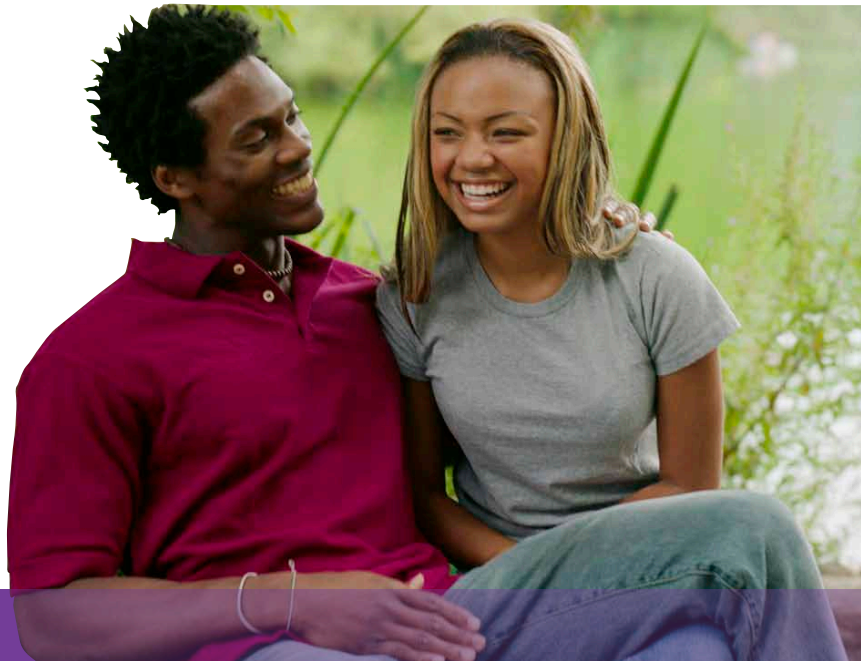
3. Aproveche su derecho a información.
Pregunte hasta que entienda lo que su proveedor esta diciendo. Pidale información escrito a su proveedor.

Si no está confortable con el diagnosis o tratamiento recomendado, busce otro opinión—su plan lo cubre. Su plan tal vez requiere una remisión de su médico asignado (PCP). Si no está seguro, llamenos.

Cuando se trata de atención médica, es fácil sentir que está a merced de otros: médicos, hospitales y compañías de seguro.

Aquí presentamos algunas sugerencias simples para una atención médica sin misterios.

continúa al dorso



PacificSource HEALTH PLANS

4. Hable con su farmacista.
Farmacistas pueden ayudarle a evitar interaciones peligrosos con sus medicamentos.
Avisele a su farmacista sobre otros medicamentos que esté tomando. Pregunte si hay effectos secundarios causado por sus medicamentos Farmacistas a veces tienen información escrito sobre sus medicamentos, solamente necesita preguntar.

Anticipe sus recambios. A veces doctores necesitan varias dias para respondar.

5. Aproveche sus beneficios.
Lee su póliza de beneficios y cualquier otra información que recibe sobre su plan. Comparte esta información con su familia. Entender sus beneficios le ayudará usarlos más effectivamente.

Mantenga un archivo de toda su información medical en un lugar conviniente. Incluye su póliza de beneficios, noticias y correspondencias de PacificSource y los de su empleador, y cualquier otra información medical.

Use los proveedores participantes en su plan. Puede encontrar información sobre los proveedores participantes en nuestra Web site (www.pacificsource.com) en un directorio de proveedores participantes o puede llamar a nuestro Departamento de Servicios de Cliente.

Vee su doctor por físicos rutinarios. Muchas problemas pueden ser diagnosticados y tratados antes que se transforman a problemas mas graves.

Muestra su carta de identificación cada vez que recibe servicios medicales. Esta carta da a sus proveedores la información que necesitan para mandarnos una cuenta correcta y para ayudarles a seguir las reglas administrativas de su plan.

6. Escoje el lugar correcto para sus servicios.
Si su plan le requiere escojer un médico asignado (PCP), use su médico asignado para coordinar su tratamiento médico. Recibira el maximo valor de su plan y los gastos de su bolsillo seran minimos. Su médico asignado le ayudará a encontrar el especialista correcto, y le remitirá para una cita si es propio.

En causo de emergencia, escoje el propio facilidad medical. Cuido urgente o clinicas con horas extendidas son mejores si la vida del paciente no está en peligro. A veses están abiertos en la noche y fines de semana cuando la oficina de su doctor está cerrada. Ellos especializan en el tratamiento de condiciones urgentes como si se tuerse el tobillo, heridas menores y enfermedades. Normalmente, estos servicios cuestan menos en comparezon con una sala de emergencia. Hay veses cuando su plan requiere una remisión de su médico asignado. Si no está seguro, preguntenos.

En causo de emergencia verdadera, el paciente debe recibir tratamiento en la más serca sala de emergencia. Emergencias verdaderas son enfermedades que se manifestan de repente o heridas tan graves que una persona prudente decide que la salud de la persona tendrá effectos dañosos. Ejemplos de emergencias verdaderas incluyen dolor de pecho, envenamiento, perdido del conocimiento o respiración, concusiones, desangremiento o fracturas.

7. Llamenos cuando tiene preguntas.
Llamenos con preguntas sobre sus beneficios, proveedores o sus cuentas.

- Para saber si un servicio está cubierto y como será pagado.
- Para saber cuales son los proveedores participantes en su plan
- Para cambiar su médico asignado (PCP).
- Para información sobre una cuenta o explicación de beneficios

Llame antes de tener un cirugía o procedimiento.

- Pregunte sobre elegibilidad o períodos de espera.
- Pregunte si el servicio será cubierto en su póliza y como será pagado.
- Necesita preautorización por el cirugía o procedimiento? Si la respuesta es si, pregunte si la processa esta cumplida.

Si usted tiene preguntas, puede ponerse en contacto con nuestro Departamento de Atención al Cliente llamando al 888.977.9299, o por correo electrónico a cs@pacificsource.com.

PacificSource
HEALTH PLANS

Directo: 541.684.5582
Número gratuito: 888.977.9299

PacificSource.com