

Preparativos para mi cita con el doctor



Usualmente una consulta con el doctor sólo dura unos 15 minutos. Por eso, debe prepararse para aprovechar el tiempo y obtener la información que necesita. Le ofrecemos algunas sugerencias de Amerigroup Community Care para ayudarle a prepararse para su consulta.

Antes de salir de casa

Lo que necesito llevar a mi consulta

- Una lista de preguntas y problemas que quiero consultar con mi doctor
- Papel y lápiz para anotar lo más importante o pedirle a mi doctor que lo anote
- Todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo
- Mis tarjetas del seguro
- Si es necesario, un amigo o familiar que me ayude a hacer preguntas

En el consultorio

De qué hablar

Voy a dar información. ¡No voy a esperar a que me pregunten! Puedo hablar sobre:

- Mis problemas de salud – al comienzo de la consulta
- Mis antecedentes médicos – enfermedades, cirugías, afecciones, otros doctores que me atienden
- Mis síntomas
- Mis medicinas y suplementos
- Problemas que pueda tener a causa de cualquier medicina que el doctor me haya recetado

Qué preguntar

Voy a hacer preguntas. Si no hago preguntas, mi doctor pensará que entendí todo lo que me dijo.

- Pedirle a mi doctor que haga dibujos que ayuden a explicar algo.
- Hacer preguntas cuando no sé el significado de una palabra.

Preguntas que debo hacer sobre mis medicinas

- ¿Cómo debo tomar la medicina (antes o después de las comidas o sólo con agua), cuánto, cuándo y por cuánto tiempo?
- ¿Cómo se llama esta medicina y para qué la voy a tomar?

- Cuando tome esta medicina, ¿debo evitar ciertos alimentos, bebidas, otras medicinas o abstenerme de manejar?
- ¿Qué debo hacer si tengo efectos secundarios?
- ¿Va a ser necesario que me la surtan otra vez? ¿Qué tengo que hacer para eso?

Preguntas sobre prevención

¿Qué puedo hacer para conservar la salud? Debo:

- ¿Comer otras cosas diferentes?
- ¿Hacer más o menos actividad física?
- ¿Hacer algún otro cambio?

Preguntas sobre el seguimiento

- Si mis síntomas empeoran, ¿qué debo hacer por mi cuenta?
- ¿Cuándo debo llamarlo?

Qué hacer antes de salir del consultorio del doctor

- Avisarle a mi doctor si no entendí algo.
- Estar seguro de que entiendo totalmente mi diagnóstico y tratamiento. De ser necesario, preguntarle a una enfermera o pedir hablar con el doctor otra vez.
- Preguntar cómo mantenerme en contacto entre consultas: por medio de la enfermera, por mensaje de correo electrónico o dejando un mensaje en la recepción.
- Preguntar si mi medicina está cubierta por mi seguro médico.
- Hacer la cita para mi consulta de seguimiento, si corresponde.
- Preguntar cómo puedo comunicarme con el doctor cuando el consultorio está cerrado.

1-800-600-4441 (TennCare)

1-866-840-4991 (CHOICES)

TTY: 711

www.myamerigroup.com/TN

Qué hacer después de mi consulta

- Si corresponde, hacer citas para análisis de laboratorio o en otros consultorios para análisis.
- Preguntar al doctor sobre los resultados de mis análisis.
- Preguntar qué tengo que hacer para obtener un referido para consulta con otros doctores.
- Llamar si tengo preguntas.



¿Necesita ayuda con esta información? ¿La necesita porque tiene una discapacidad o un problema de aprendizaje, de salud mental o una enfermedad? **¿O acaso necesita ayuda en otro idioma?** Si es así, usted tiene derecho a obtener ayuda, y nosotros podemos brindársela. Llamé a Amerigroup Community Care al 1-800-600-4441 (TennCare) o al 1-866-840-4991 (CHOICES), pára más información.

¿Tiene usted una enfermedad mental y necesita ayuda con esta información? En la línea telefónica de TennCare Advocacy pueden ayudarle. Llámelos gratis al 1-800-758-1638 (TTY 1-877-779-3103).

Si tiene problemas de audición o del habla, puede llamarnos a través de una máquina de TTY/TDD. El número de TTY/TDD es 711.

TennCare no permite el trato injusto. Nadie recibe un trato diferente debido a su raza, color de la piel, lugar de nacimiento, religión, idioma, sexo, edad o discapacidad. ¿Cree que lo han tratado injustamente? ¿Tiene más preguntas o necesita más ayuda? Si piensa que lo han tratado injustamente, llame gratis a Tennessee Health Connection al 1-855-259-0701.



Listas que debo llevar al consultorio del doctor

Qué debo hacer antes de salir de casa

Prepararme, organizarme y hacer una lista.

Preguntas – anotar primero las más importantes para asegurar que me den las respuestas:

- _____
- _____
- _____
- _____

Síntomas o cambios desde mi última consulta y cuándo comenzaron:

- _____
- _____
- _____
- _____

Lista de todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo:

- _____
- _____
- _____
- _____



Listas que debo llevar al consultorio del doctor

Qué debo hacer antes de salir de casa

Prepararme, organizarme y hacer una lista.

Preguntas – anotar primero las más importantes para asegurar que me den las respuestas:

- _____
- _____
- _____
- _____

Síntomas o cambios desde mi última consulta y cuándo comenzaron:

- _____
- _____
- _____
- _____

Lista de todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo:

- _____
- _____
- _____
- _____

Listas que debo llevar al consultorio del doctor

Qué debo hacer antes de salir de casa

Prepararme, organizarme y hacer una lista.

Preguntas – anotar primero las más importantes para asegurar que me den las respuestas:

- _____
- _____
- _____
- _____

Síntomas o cambios desde mi última consulta y cuándo comenzaron:

- _____
- _____
- _____
- _____

Lista de todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo:

- _____
- _____
- _____
- _____



Listas que debo llevar al consultorio del doctor

Qué debo hacer antes de salir de casa

Prepararme, organizarme y hacer una lista.

Preguntas – anotar primero las más importantes para asegurar que me den las respuestas:

- _____
- _____
- _____
- _____

Síntomas o cambios desde mi última consulta y cuándo comenzaron:

- _____
- _____
- _____
- _____

Lista de todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo:

- _____
- _____
- _____
- _____



Listas que debo llevar al consultorio del doctor

Qué debo hacer antes de salir de casa

Prepararme, organizarme y hacer una lista.

Preguntas – anotar primero las más importantes para asegurar que me den las respuestas:

- _____
- _____
- _____
- _____

Síntomas o cambios desde mi última consulta y cuándo comenzaron:

- _____
- _____
- _____
- _____

Lista de todas mis medicinas, de venta libre o de venta con receta, y las vitaminas, minerales y hierbas medicinales que tomo:

- _____
- _____
- _____
- _____