

¿Atención urgente o de emergencia?

Las enfermedades y las lesiones no siempre ocurren durante las horas de oficina. Si necesita atención cuando su médico no está disponible, ¿cómo saber si debe acudir al departamento de emergencias en un hospital o a un centro de urgencias? A continuación se presentan algunos lineamientos y recursos.

ATENCIÓN URGENTE

Los centros de atención urgente están diseñados para proporcionar servicios de medicina familiar, en horarios no laborales, durante los fines de semana o cuando no puede obtener una cita. Los horarios varían pero suelen limitarse a horarios diurnos, aunque algunos ofrecen horarios nocturnos.

Cuándo acudir a un centro de urgencias

- Si su doctor se lo indica
- Si no puede contactar a su doctor y la situación no es grave
- Catarros, tos, influenza, fiebre
- Lesiones menores, como una luxación
- Vómito y/o diarrea
- Alergias
- Náuseas
- Quemaduras leves
- Cortadas menores
- Necesidad de recibir puntadas
- Conjuntivitis (irritación aguda de ojos)
- Erupción
- Garganta irritada
- Sospecha de fractura
- Migraña
- Infecciones del tracto urinario

ATENCIÓN DE EMERGENCIA

Los departamentos de emergencias en los hospitales están diseñados para tratar enfermedades y lesiones graves o que ponen el peligro la vida, y siempre están abiertos.

Cuándo acudir a servicios de emergencia

- Si su doctor se lo indica
- Lesiones por accidentes automovilísticos
- Hemorragia incontrolable
- Dificultad aguda para respirar
- Caída desde una altura significativa
- Lesión grave de cabeza o cuello
- Ante cualquier pérdida de conciencia
- Dolor en el pecho
- Fiebre elevada que no mejora con medicamentos
- Fractura de hueso con lesión abierta
- Ingestión de veneno
- Convulsiones
- Dolor abdominal agudo
- Quemaduras graves
- Descarga eléctrica
- Sospecha de exposición a una enfermedad contagiosa grave
- Atragantamiento obstrucción en la garganta
- Reacción alérgica aguda
- Dolor de cabeza severo o inusual

RECURSOS

COMMUNITY HOSPITAL EMERGENCY DEPARTMENT

23625 Holman Highway, Monterey

Abierto las 24 horas del día, 7 días a la semana, los pacientes reciben lo mejor de la medicina de emergencia, al igual que mayor comodidad, privacidad y confidencialidad, todo con tecnología de punta.

MOGO URGENT CARE

■ 2020 Del Monte Avenue, Suite B
Monterey | (831) 622-6930

■ 2930 2nd Avenue, Suite 120,
Marina | (831) 622-6935

■ 26135 Carmel Rancho Blvd., Suite B-1
Carmel | (831) 622-6940

mogourgentcare.org

Abierto los 7 días de la semana, los 365 días del año, de 8 a.m. a 8 p.m., experimente un enfoque totalmente nuevo en la atención de urgencias para tratar enfermedades y lesiones menores. Haga una cita en línea o venga sin cita previa.

MONTAGE HEALTH eVISITS evisit.montagehealth.org

Cuidado rápido y conveniente desde su teléfono inteligente, computadora o tableta, las 24 horas del día, 7 días de la semana, para síntomas comunes que no sean de emergencia. No se requiere una cita.

Establezca chequeos y exámenes médicos regulares.

MÉDICO DE ATENCIÓN PRIMARIA

Contar con un médico de atención primaria es el primer paso y el más acertado para tomar control de su salud. El médico de atención primaria conoce su historia médica y le ayuda a definir su futuro médico, para ayudar a que los problemas pequeños no se conviertan en problemas grandes.

Una vez que usted establezca esta importante relación, su doctor puede ayudarle a **conocer sus cifras**, comenzando con estas cinco medidas indispensables para la buena salud:

- Presión sanguínea
- Colesterol — Total, LDL (malo) y HDL (bueno)
- Azúcar en la sangre
- Peso saludable
- Actividad física diaria recomendada

SERVICIOS DE CUIDADOS DE SALUD PARA PERSONAS DE BAJOS RECURSOS O NO ASEGURADAS

Si no cuenta con seguro, investigue si es elegible para Medi-Cal u otra ayuda, llamando al Monterey County Department of Social and Employment Services al (866) 323-1953. Asimismo, podrá recibir ayuda en las siguientes agencias o servicios.

Montage Health Clínica Móvil

Al servicio de los necesitados
Visite montagehealth.org/mobileclinic
para horarios y lugares.

Natividad Medical Center — Asesoría financiera

1441 Constitution Boulevard, Salinas | 755-4165

Clínicas del Monterey County Health Department

■ Alisal Health Center
559 East Alisal Street, Suite 201
Salinas | 769-8808

■ Marina Health Clinic
3155 DeForest Road, Marina | 384-1445

■ Seaside Family Health Center
1156 Fremont Boulevard, Seaside | 899-8100

Clinica de Salud

10561 Merritt Street, Castroville | 633-1514

Planned Parenthood (Planificación de la Familia)

■ 625 Hilby Avenue, Seaside | 394-1691
■ 316 N. Main Street, Salinas | 758-8261

RotaCare

1156 Fremont Boulevard, Seaside | 333-6495
(Miércoles, sólo de 5 a 9 p.m.; por orden de llegada)

Ayuda para obtener medicamentos con receta médica a bajo costo

■ Programa de Ayuda para Medicamentos con Receta Médica
needymeds.com

■ Descuentos de farmacia
Algunas farmacias ofrecen programas de ahorro en medicamentos con receta médica y servicios, por una cuota pequeña.

Servicio de referencia 2-1-1

Para información acerca de una amplia gama de servicios, incluyendo clínicas dentales y de salud, vivienda y refugios, intervención en crisis, y asesoría para problemas de drogas y alcohol, llame al 2-1-1, que es un servicio de referencia manejado por United Way del Condado de Monterey.

¿NECESITA UN DOCTOR?

Si necesita ayuda para encontrar un médico de atención primaria, llame a la línea de referencia del Community Hospital, al **1-888-45CHOMP** (888-452-4667) o visite chomp.org/doctors