

Pasaporte de Salud para Adultos

SU SOCIO EN MATERIA DE SALUD

Estamos aquí para ayudarlo con consejos inteligentes, un sólido apoyo y un plan claro para alcanzar sus objetivos especiales de salud.

Piense en nosotros como su útil amigo que siempre lo defiende en el cuidado de la salud. Nos aseguramos de que tenga un equipo con las personas adecuadas y mejor ayuda.

ATENCIÓN ESPECIALIZADA CONECTADA

Elegir Northeast Georgia Physicians Group (NGPG) les brinda acceso a algunos de los mejores proveedores de atención primaria en el estado de Georgia. También se beneficiará de la solidez de todo el Northeast Georgia Health System, con acceso a expertos de muchos campos de la práctica médica. Cuando necesite atención más allá del consultorio de su médico de atención primaria, será vinculado con los especialistas que necesita para ayudarlo a sanar.

CONVENIENTES VISITAS VIRTUALES

Cuando no pueda acudir en persona al consultorio de su médico, usted puede acceder a proveedores expertos desde cualquier lugar, de manera rápida y conveniente. Las visitas virtuales le permiten obtener la atención que necesita sin perder el ritmo.

Si experimenta dolor en el pecho, síntomas de un derrame cerebral o falta de aire grave, llame al 911 y vaya a la sala de emergencias más cercana. Si tiene otros síntomas, llame a su Proveedor de Atención Primaria.

Northeast Georgia Physicians Group está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana para pacientes de dos años o más que necesiten acceso rápido a la atención. No es necesario concertar una cita para hacer preguntas a su proveedor a través de MyChart. También puede buscar asesoramiento clínico durante y después del horario de atención llamando a la línea principal del consultorio de su proveedor de atención primaria. Visite providers.ngpg.org para encontrar un médico hoy mismo.

Visitas Virtuales con su proveedor de atención primaria de NGPG le permiten reunirse de forma remota para una conferencia telefónica o por video usando un teléfono celular, una computadora o un dispositivo similar. Visite ngpg.org/virtual-visits.

Videovisitas de atención urgente bajo demanda para conectarlo con un proveedor de NGPG de confianza en su teléfono, tableta o computadora justo cuando lo necesite. Visite ngpg.org/on-demand-visits para comenzar su visita por video.

REGISTROS MÉDICOS ORGANIZADOS

La tecnología debería mejorar su experiencia de atención médica. Por eso, utilizamos tecnología en línea como MyChart para facilitarle la obtención de atención y el seguimiento de los tratamientos. MyChart es una forma conveniente, gratuita y segura de administrar su información médica en línea. Esté donde esté, puede estar tranquilo sabiendo que tiene acceso a sus análisis de laboratorio, imágenes, citas, listas de medicamentos y más en todo momento.



Northeast Georgia
PHYSICIANS GROUP

TIPOS DE VISITAS DE BIENESTAR

DE 19 A 64 AÑOS: ¿QUÉ ES UN EXAMEN FÍSICO ANUAL?

Una vez que cumpla 19 años, comenzará a realizarse exámenes físicos con su médico. Los exámenes físicos anuales son importantes para los adultos. Es una oportunidad para checar su salud general y detectar enfermedades crónicas, como diabetes, enfermedades cardíacas, presión arterial alta y colesterol alto.

Un examen físico es un examen práctico. Durante esta cita, su médico le hará preguntas sobre su salud general, como su historial médico familiar, hábitos alimenticios y de ejercicio. También revisará todo su cuerpo. Por lo general, demora entre 30 minutos y una hora. Su médico podría:

- Checar su respiración y sus pulmones
- Realizar una prueba de detección de cáncer
- Escuchar su latido cardíaco
- Medir su altura y peso
- Checar sus oídos, ojos, nariz, piel y garganta
- Tomar su presión arterial
- Tomar su temperatura

El examen también puede incluir:

- Análisis de sangre, según sea necesario, para verificar aspectos como el perfil químico
- Vacunas preventivas
- Muestras de orina, según sea necesario

Durante el examen físico, el médico puede sugerir u ordenar otras pruebas que pueda necesitar. Por ejemplo, si es hombre o nació así, el examen físico también puede incluir un examen de próstata o testículos.

Algunas de estas pruebas pueden tener un costo adicional. Asegurarse de consultar con el consultorio de su médico para saber qué cargos podría tener.

¿QUÉ ES UN EXAMEN DE SALUD PARA LA MUJER?

Si es mujer o nació siendo mujer, es posible que visite a su médico para un examen de salud para la mujer anual. El médico podría:

- Hacerle un examen de mamas (examinar sus senos para detectar bultos y otros cambios)
- Hacerle un examen pélvico (examinar su vagina y órganos reproductivos)
- Hacerle una prueba de Papanicolaou
- Medir su altura y peso
- Checar su presión arterial y temperatura

Esta visita también es una oportunidad para hablar sobre la planificación del embarazo, las opciones de control de la natalidad y los problemas menstruales. Su seguro puede cubrir este examen. Si no está segura, lo mejor que puede hacer es consultar con su médico.

VISITA DE BIENESTAR DE MEDICARE: QUÉ ESPERAR

Su visita de bienestar de Medicare es un examen de salud preventivo programado con su médico de atención primaria para detectar posibles problemas de salud de manera temprana antes de que se agraven. Esto lo ayudará a concentrarse en el bienestar y un estilo de vida saludable, al mismo tiempo que identifica pruebas de detección importantes, vacunas y otras pruebas necesarias. Puede ser elegible para este examen si tiene Medicare.

La mayoría de los planes de seguro cubren su examen de bienestar anual - no se requiere copago.

¿QUÉ SE INCLUYE EN UNA VISITA DE BIENESTAR DE MEDICARE?

Su visita de bienestar de Medicare incluye lo siguiente:

- Una revisión de su historial médico, quirúrgico y familiar
- Evaluación de los signos vitales, incluidas evaluaciones de altura, peso y dolor
- Realizar evaluaciones y exámenes de riesgo de salud
- Evaluar análisis de sangre y vacunas
- Asesoramiento para prevenir futuros problemas de salud: nutricional, prevención de caídas, dejar de fumar, etc.
- Evaluar las condiciones que ponen en riesgo su salud
- Planificación avanzada de la atención

Se desarrollará un plan de atención para ayudarlo a tener éxito en su atención.

¿QUÉ PASA SI NECESITO PREGUNTARLE A MI MÉDICO SOBRE UN PROBLEMA MÉDICO ESPECÍFICO DURANTE UNA VISITA DE BIENESTAR?

Su visita de bienestar de Medicare puede durar más que su visita tradicional. Tener en cuenta que su visita no incluirá un examen físico de pies a cabeza. Si necesita tratamiento por problemas de salud actuales, informarlo en la recepción cuando programe su cita o al llegar. Estos aspectos de su visita se facturarán a su seguro y usted puede ser responsable de los copagos, coaseguros o pagos deducibles, según los términos de su póliza.

Podemos combinar su visita de bienestar y una visita crónica para su conveniencia. Esto se recomienda porque es más eficiente para usted y permite que cualquier problema crónico se aborde en el momento de su examen de bienestar. Medicare no suele cubrir los exámenes físicos. Consultar con su proveedor de seguros antes de su cita para preguntar si este es un beneficio cubierto.

¿QUÉ INCLUYE UN SEGUIMIENTO DE CONDICIONES DE SALUD CRÓNICAS?

- Tratamiento de una enfermedad crónica como diabetes, asma o hipertensión arterial
- Cualquier problema, queja o inconveniente nuevo
- Necesidad de nuevos medicamentos o pruebas
- Referencias a un especialista
- Opciones de tratamiento adicionales



Northeast Georgia
PHYSICIANS GROUP

¿CUÁLES SON LOS OTROS TIPOS DE VISITAS?

Otras visitas que puede tener en su consultorio de atención primaria incluyen:

- Visitas de administración de medicamentos
- Visitas de nuevos pacientes
- Visitas de seguimiento de resultados de pruebas posteriores
- Visitas de seguimiento posteriores al alta hospitalaria
- Visitas virtuales
- Visitas por problemas nuevos/enfermedades

¿CÓMO DEBO PREPARARME PARA MI VISITA?

Puede registrarse a través de MyChart hasta cinco días antes de su visita para asegurarse de que tengamos su información más actualizada, incluidos sus medicamentos, historial médico y seguro. Podrá actualizarlos, además de agregar su farmacia preferida y completar los cuestionarios asignados antes de su cita.

Si no usa MyChart, llegar 15 minutos antes para llenar cualquier papeleo necesario.

Preguntar a su proveedor sobre cómo comer y beber antes de su visita. Planificar tomar sus medicamentos habituales con agua o café negro a menos que se le indique lo contrario. Esto le da al proveedor la oportunidad de verificar la eficacia de su medicamento. Hablar con su proveedor antes de tomar sus medicamentos para la diabetes.

¿Qué debe llevar a su cita?

- Llevar todos los frascos de medicamentos a su cita, incluidos los medicamentos de venta libre, las vitaminas y hierbas medicinales.
- Su licencia de conducir o una identificación emitida por el estado y la(s) tarjeta(s) de seguro vigente(s)
- Copias de su directiva anticipada
- Una lista de su equipo de atención al paciente: cualquier especialista que consulte por diversos tipos de afecciones
- Estar preparado para revisar su historial familiar

¿CUÁLES SON LOS PUNTOS MÁS IMPORTANTES QUE DEBO TENER EN CUENTA?

- Revisar el resumen de beneficios de su plan de seguro antes de su cita para comprender qué cubrirá o no su compañía de seguros.
- Cuando programe una visita de bienestar, indicar claramente que desea programar una cita para su examen anual de bienestar o de atención preventiva. Eso ayudará al consultorio a prepararse para su visita y facturarle a su compañía de seguros de manera adecuada.
- Cuando hable con su médico u otro profesional, informarle que está allí para un examen de bienestar. O, si necesita hablar sobre una inquietud específica que pueda requerir tratamiento, asegurarse de señalarle cualquier inquietud no rutinaria al comienzo de su cita.
- La atención específica que necesita puede ser diferente según su historial médico y factores de riesgo. Si tiene afecciones crónicas, es posible que necesite pruebas y vacunas adicionales. Debe hablar con su equipo de atención médica para averiguar qué es lo adecuado para usted o si tiene preguntas sobre las recomendaciones anteriores.

RECOMENDACIONES PARA EXÁMENES DE BIENESTAR

	Masculino al Nacer	Femenino al Nacer	Edad 19-64	Edad 65-79
Examen anual de detección de depresión y riesgo de suicidio	●	●	●	●
Examen anual de detección de consumo de tabaco, abuso de alcohol, peso saludable y actividad física	●	●	●	●
Evaluación de Ansiedad	●	●	●	●
Vacuna Anual: COVID-19	●	●	●	●
Vacuna Anual: influenza	●	●	●	●
Vacuna Antineumocócica: 1 vacuna ¹	●	●	●	●
Vacuna contra el herpes zóster, serie de 2 dosis ²	●	●	●	●
Examen de detección de cáncer de mama entre los 45 y los 74 años cada 2 años ³		●	●	●
Examen de Detección de Cáncer de Cuello Uterino ⁴		●	●	●
Examen de Detección de Clamidia y Gonorrea		●	●	
Examen de Detección de Cáncer Colorrectal hasta los 45 años <i>Las opciones incluyen: Colonoscopia con resultado normal: válida por 10 años. Cologuard con resultado normal: válido por 3 años. iFobt: debe ser realizada anualmente por el paciente, en su domicilio.</i>	●	●	●	●
Asesoramiento sobre Alimentación Saludable y Actividad Física para la Prevención de Enfermedades Cardiovasculares	●	●	●	●
Examen de Detección de Osteoporosis		●		●
Examen de Detección de Prediabetes y Diabetes tipo 2	●	●	●	●
Examen de Detección de Cáncer de Próstata ⁵	●		●	●
Vacuna contra el VRS ⁶	●	●		●
Planificación de Atención Médica Anticipada/ Testamento Vital	●	●	●	●
Evaluación de Necesidades Sociales	●	●	●	●

1 La vacuna antineumocócica solo se recomienda para personas de entre 19 y 64 años inmunodeprimidas o que padecen enfermedades crónicas.

2 La vacuna contra el herpes zóster se recomienda para todos los adultos de 50 años o más y para los adultos de entre 18 y 49 años inmunodeprimidos.

3 Su médico puede recomendarle exámenes de detección más frecuentes según su riesgo o antecedentes.

4 Los adultos de entre 30 y 65 años deben someterse a pruebas de HPV y citología cada cinco años, o cada tres años si solo se realiza una citología cervical. Para las personas de entre 21 y 29 años, se recomienda realizar pruebas de detección cada tres años, y se debe considerar extender el intervalo a cada cinco años.

5 Se puede considerar la prueba electiva del antígeno prostático específico (PSA) para los hombres adultos de entre 55 y 69 años. No se recomienda para los mayores de 70 años.

6 La vacuna contra el RSV se recomienda para las personas de entre 60 y 74 años inmunodeprimidas o que padecen enfermedades crónicas. También se recomienda para todas las personas mayores de 75 años.

