

beba 8 vasos de agua al día
coma 5 frutas y verduras al día

Cúbrase la tos

Use el cinturón de seguridad

use asientos de seguridad de automóvil para los bebés y niños

Cepíllese los dientes y use hilo dental por lo menos 2 veces al día

Hágase una prueba de diabetes

Coma saludablemente

Vacúnese contra la gripe

www.sedgwickcounty.org

Su Salud
está en
Sus Manos



Si necesita ayuda para encontrar un hogar médico o para enterarse de las opciones de seguro médico que estén a su alcance, llame al 2-1-1

Lávese las manos frecuentemente

Cúbrase los estornudos

Descanse cuando esté enfermo

Haga ejercicio 20 minutos al día

Hágase una mamografía

Chequee su presión sanguínea

aléjese de las personas enfermas

Vacune a sus hijos



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

DIAL
toll free
statewide

2

1

1

**United
Way**



Índice

	Página
¿Qué es un Hogar de Asistencia Médica y Por Qué Necesito Uno?	3
Clínicas Comunitarias ... En Caso de Que Necesite un Hogar de Asistencia Médica	4-6
Clínicas de Servicios Médicos Limitados	7-8
Clínicas Dentales ... En Caso de Que Necesite un Hogar de Asistencia Dental	9
¿Necesita Ayuda con los Costos de Su Receta Médica?	10-11
Cuando Visite a Su Doctor	12
“Cuidado de Sí mismo para Problemas Comunes”	13-14
¿Es una Emergencia o No?	15



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o
saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible,
llame al 2-1-1 o visite www.sedwickcounty.org

Última actualización diciembre 2018.

Un hogar médico:

- Es una fuente de cuidado médico escogida por el paciente
- Provee servicios de asistencia médica enfocados en el paciente
- Es accesible y de largo plazo

Un hogar médico es importante porque:

- Los "problemas de salud menores" no se convertirán en "problemas de salud mayores" gracias al cuidado preventivo y los exámenes médicos.
- Cuando usted tiene un hogar médico, ellos tienen acceso a su expediente e historial médico la información necesaria para darle el mejor tratamiento
- Ahorra como resultado; Usted puede evitar los costosos viajes a la sala de emergencia.

Para localizar a un hogar médico, consulte las páginas de "Clínicas Comunitarias...si necesita un hogar médico" o llame al 2-1-1. "United Way of the Plains" ofrece la línea 2-1-1 en forma gratuita, 24 horas al día, para ayudarle a obtener la información que necesita. El sitio de internet del Departamento de Salud del Condado de Sedgwick también puede proporcionarle una lista de las clínicas comunitarias de salud. Visite la página web www.sedgwickcounty.org

¿Necesita información acerca de un seguro médico accesible?

Hay muchas personas que no tienen seguro de salud – pero hay opciones disponibles de bajo costo. Desafortunadamente, muchas personas no saben a quién llamar ni donde pedir ayuda.

Si necesita ayuda para encontrar un seguro médico accesible, visite el Departamento de Salud del Condado de Sedgwick en www.sedgwickcounty.org. Para averiguar si sus hijos son elegibles para recibir seguro de salud pública (Medicaid y Healthwave), llame al teléfono 1-800-792-4884. Algunas compañías de seguros privadas también ofrecen opciones de bajo costo.

¿Cuándo debería ir a ver a un médico?

Probablemente usted puede solucionar el 80% de los problemas de salud por sí mismo – problemas menores, tales como un resfriado, una fiebre, un dolor de garganta, una pequeña cortada o una torcedura menor. Estos casos usted puede tratarse a sí mismo con alguna información sencilla sobre "cuidado de sí mismos". El cuidado de sí mismo le ayuda a reconocer sus síntomas, determinar cómo puede darles tratamiento y cuando buscar atención médica.

Para "información" en línea sobre el "cuidado de sí mismo" para las enfermedades y lesiones más comunes, visite el Departamento de Salud del Condado de Sedgwick en www.sedgwickcounty.org.



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Nombre y Número Telefónico de la Clínica	Dirección	Proveedor Principal de Cuidado Médico	Horario	Acepta Medicare/Medicaid	Acepta Seguro de Salud Privado	Especialidad de los Servicios	Otra Información
Clínica de Salud "HealthCore" 691-0249	2707 E 21 st St. (67214)	✓	Atención Médica: Lun-Vie 8 a.m. a 6 p.m. Sáb. 9 a.m. a 5 p.m. Abuso de Sustancias y Control del Enojo: Lun-Vie 8 a.m. a 6 p.m. Sáb. 9 a.m. a 5 p.m. Salud Mental: Lun-Vie 8 a.m. a 6 p.m.	✓	✓	Cuidado Ginecológico/Prenatal; Pediátrico; Prevención y Bienestar; Salud del Comportamiento; Manejo de la Hipertensión y Diabetes; Trabajos de Detección Temprana; Prueba de VIH; Servicios de Laboratorio; Consejería para Abuso de Sustancias	Subestación conjunta de DCF; Programa de Asistencia en Medicamentos; Proyecto Acceso; Programa de manejo de ira; Programa de "Smart Start"; Programa de "Strengthening Families"; Programa de "Health Homes"
Clínica de Salud "E.C. Tyree" 681-2545	1525 N. Lorraine (67214)	✓	Lun-Jue 9 a.m. a 8 p.m. Vie 9 a.m. a 1 p.m. Sáb. 9 a.m. a 1 p.m.	✓	✓	Manejo de la Hipertensión y Diabetes; Pediatría a través de Servicios para Adultos; Medicamentos Interinstitucionales Gratuitos; Prueba Gratuita de VIH; salud de comportamiento	Horarios por las Tardes y Sábados: Programa para Trabajadores Agrícolas Migrantes; Proyecto Acceso; Trabajos de Detección Temprana; Ayuda para Surtir Recetas Medicas; Navegador de Seguros ACA.
GraceMed Clínica de Salud "Virginia & George Ablah" 866-2000	3417 S. Meridian St. (67217)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Optometría, atención médica primaria y dental	Inscripción en KanCare
GraceMed Clínica de Salud "COMCARE" 866-2000	1919 N. Amidon, Ste. 100 (67203)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Salud del comportamiento	
GraceMed Clínica de Salud "Good Samaritan" 866-2000	3701 E 13 th St. Edificio 400 (67208)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Cuidado General Médico y Prenatal	Inscripción en KanCare; Subestación conjunta de DCF
GraceMed Clínica de Salud "Helen Galloway" 866-2000	1122 N. Topeka (67214)	✓	Atención Médica y Dental: Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Optometría, pediatría, podología, servicios médicos primarios, y atención dental preventiva y restaurativa, salud del comportamiento	Proyecto Access; Inscripción en KanCare; Ayuda para Surtir Recetas Medicas; Trabajos de Detección Temprana; Programa para Trabajadores Agrícolas Migrantes; Subestación conjunta de DCF
GraceMed Clínica de Salud "Healthy Family" 1905 S. Laura (67211)	1905 S. Laura (67211)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Optometría, atención médica primaria y atención dental	Inscripción en KanCare



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

Hágase una prueba de diabetes
Haga ejercicio 20 minutos al día
Hágase una mamografía
Chequee su presión sanguínea
Use el cinturón de seguridad
Use asientos de seguridad de automóvil para los bebés y niños
Cúbrase la tos
Descanse cuando esté enfermo
Aléjese de las personas enfermas
Cubrase los estornudos
Beba 8 vasos de agua al día
Vacínese contra la gripe

Nombre y Número Telefónico de la Clínica	Dirección	Proveedor Principal de Cuidado Médico	Horario	Acepta Medicare/Medicaid	Acepta Seguro de Salud Privado	Especialidad de los Servicios	Otra Información
GraceMed Clínica de Salud "Evergreen" 866-2000	1125 W. 26th St. N. (67204)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Cuidado Médico Pediátrico y atención dental preventiva	Inscripción en KanCare
GraceMed Clínica de Salud "Dodge" 866-2000	4910 W. 1st St.: "Dodge Elementary" (67212)	✓	Atención Médica y Dental: Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Cuidado médico primario, Cuidado dental preventivo	Proyecto Acceso; Inscripción en KanCare; Ayuda para Surtir Recetas Médicas; Trabajos de Detección Temprana; Programa para Trabajadores Agrícolas Migrantes; Subestación conjunta de DCF
GraceMed Clínica de Salud "Downing" 866-2000	2201 E. 25th St. N. "Gordon Parks Academy" (67212)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Pediatría , cuidado médico primario y cuidado dental preventivo	Inscripción en KanCare
GraceMed Clínica de Salud "Jardine" 866-2000	3610 E. Ross Parkway (67210)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Pediatría, cuidado médico primario y cuidado dental preventivo	Inscripción en KanCare
GraceMed Clínica de Salud "Meyer" 866-2000	755 W. Lincoln St (67213)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Pediatría, cuidado médico primario y cuidado dental preventivo	Inscripción en KanCare
GraceMed Clínica de Salud "Mother Mary Anne" 866-2000	1131 S. Clifton (67218)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 7p.m	✓	✓	Cuidado inmediato, cuidado médico pediátrico y de adultos y cuidado dental inmediato	Cuidado médico primario que no sea de emergencia como alternativa al uso de la sala de emergencias en horas de la noche.
GraceMed Clínica de Salud "Oaklawn" 866-2000	5000 S. Clifton Ave., Suite 200 (67216)	✓	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Pediatría, cuidado médico primario y cuidado dental preventivo	
Clínica Guadalupe Sur Hillside 201-1986	2825 S. Hillside (67216)	✓	Lunes a Viernes 8:30 a.m. a 12 p.m. 1 p.m. a 4:30 p.m. Martes-Jueves 1 a 4:30 p.m.			Cuidado medico primario	Se solicita donación de \$5, pero no se rechaza a nadie.
Clínica Guadalupe N. Market	445 N Market (67202)	✓	Jueves 5:30-8:30 p.m.			Cuidado medico primario	Se solicita donación de \$5, pero no se rechaza a nadie. Atención de salud para personas indigentes



El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

beba 8 vasos de agua al día
 Use el cinturón de seguridad
 Haga ejercicio 20 minutos al día
 Haga una mamografía
 Chequee su presión sanguínea
 Cúbrase la tos
 Descanse cuando esté enfermo
 Vacínese contra la gripe
 Aléjese de las personas enfermas
 Cubrase los estornudos

Su Salud *está en* Sus Manos

Hágase una prueba de diabetes
Haga ejercicio 20 minutos al día
Hágase una mamografía
Chequee su presión sanguínea
Cúbrase la tos

Use el cinturón de seguridad
Use la silla de bebé correctamente
Aléjese de las personas enfermas
Descanse cuando esté enfermo
Vacúnese contra la gripe

beba 8 vasos de agua al día

Clínicas Médicas de Servicio Limitado

7

Los proveedores que figuran a continuación atienden poblaciones específicas, brindan servicios especializados u ofrecen servicios durante horas no tradicionales. Estos servicios se brindan a clientes sin seguro, de bajos ingresos, Medicaid y Medicare. La mayoría de los servicios están disponibles en una escala de tarifa según el ingreso.

Nombre y Número Telefónico de la Clínica	Dirección	Horario	Acepta Medicare/Medicaid	Acepta Seguro de Salud Privado	Especialidad de los Servicios	Otra Información
Clínica de Salud "Hunter Health" Interfaith Ministries 262-3611	935 N. Market (67214)	Lunes a Jueves 8:30 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Ginecología/ atención prenatal, cirugía menor, cuidado médico primario, salud de la mujer, manejo de enfermedades crónicas, vacunas	Los mismos servicios que en la clínica central
Medicina Familiar Via Christi	707 N. Emporia 421 S. Clifton	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Cuidado Médico General y Prenatal	
Centro de Medicina Familiar Wesley	850 N. Hillside (67214)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m. (Excepto Días Festivos)	✓	✓	Ofrece una amplia variedad de servicios-Llame para obtener una lista completa	Consejería para la Salud del Comportamiento para niños, adolescentes y adultos
Clínica "Mayflower" 558-3991	209 E. William, Suite #104 (67202)	Fines de Semana de 1 a 5 p.m. (por favor llame para pedir una cita)				Cuidados Médicos Generales que no sean de Emergencia como alternativa al uso de la sala de emergencia durante el fin de semana
Sedgwick County Division of Health 660-7300	2716 W. Central (67203)	Lun- Mie 8 a.m. a 5 p.m. Jue 12 a 5 p.m. Viernes 8 a 11:30 a.m.	✓	✓	Vacunas, Planeación Familiar, Cuidado de Enfermedades de Transmisión Sexual, Trabajos de Detección Temprana (Detección de Cáncer de Seno y Cervical), Servicios de Laboratorio	
Clínica Móvil "World Impact" 682-4075	Se proporcionan Servicios Alrededor de la Ciudad de Wichita de Lunes a Jueves; Por favor Llame al 682-4075 para Información sobre la ubicación en que se encuentra	Lunes a Jueves. La Clínica comienza a operar a las 5:30 p.m.	✓			Cuidados Médicos Generales que no sean de Emergencia como alternativa al uso de la sala de emergencia durante el fin de semana. (No hay servicios de Rayos X)
Wichita Child Guidance Center	415 N. Poplar (67214)	Lun- Mie 8 a.m. a 7 p.m. Jueves 8 a.m. a 8 p.m. Viernes 8 a.m. a 2 p.m.	✓	✓	Salud Mental Infantil y Familiar, Administración de Terapia y Medicamentos	Incluye salud mental a edades tempranas (desde el nacimiento hasta los 5 años)



El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

Más Clínicas Médicas de Servicio Limitado

Nombre y Número Telefónico de la Clínica	Dirección	Horario	Acepta Medicare/Medicaid	Acepta Seguro de Salud Privado	Especialidad de los Servicios	Otra Información
COMCARE Centro para Primera Cita, Ingreso y Evaluación 660-7540	4035 E. Harry (67218)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m. (Excepto las fechas listadas)	✓	✓	Evaluaciones de salud del comportamiento—solos adultos	
COMCARE Servicios de Apoyo Comunitario 660-7700	1929 W 21st St. N. (67203)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Servicios de Salud Mental y Adicciones	Servicios de Salud Mental para Adultos con Enfermedades Mentales Serias
Center City (Programa para Personas Sin Hogar) 660-7800	402 E. 2nd St. Suite B (67202)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Servicios de Salud Mental para personas indigentes	
Centro Comunitario de Intervención en Crisis 660-7500 Administración de Crisis 660-7525	934 N. Main (67203)	24 Horas al Día/7 Días de la Semana	✓	✓	Centro Regional de Crisis	Prevención de Suicidios Camas para observación de crisis 23 horas
Servicios Ambulatorios para Adultos 660-7675	1919 N. Amidon, Suite 130 (67203)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Servicios de Salud Mental	
GraceMed COMCARE 866-2000	1919 N. Amidon, Suite 100 (67203)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Servicios médicos y de salud mental	
Servicios Infantiles 660-9600	350 S. Broadway (67202)	Lunes a Viernes 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Servicios de Salud Mental	Enfoque en Niños con Serios Disturbios Emocionales
Servicios de Tratamiento Contra Adicciones 660-7550	940 N. Waco (67203)	Lun- Jue 8 a.m. a 9 p.m. Vie 8 a.m. a 5 p.m.	✓	✓	Tratamiento individual y grupal de trastornos de uso de sustancias	Tratamiento Ambulatorio contra Abuso de Sustancias para Adultos
Programa de Evaluación de Delincuentes del Condado de Sedgwick 660-1900	1720 E. Morris, Suite 101 (67211)	24 Horas al Día/7 Días de la Semana	✓	✓	Administración de casos	Camas para estabilización de crisis



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

If you need help finding a medical home, learning more about affordable health coverage options, or “self-care” tips, call 2-1-1 or visit www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

Clínicas Dentales...si necesita un hogar dental

9

Los siguientes proveedores de servicios dentales están disponibles para las personas sin póliza de seguro, de bajos ingresos y clientes de Medicaid y Medicare. La mayoría de los servicios están disponibles a un costo calculado de acuerdo con sus ingresos. Llame para pedir una cita o para preguntar acerca de los costos. Los horarios y servicios están sujetos a cambios. La información de la lista (si existe una lista) ha sido proporcionada por las propias clínicas.

Clínica Dental "E.C. Tyree "

Dirección: 1525 N. Lorraine (67214)
Teléfono: 316-681-2545
Pacientes: Niños y Adultos
Servicios: Limpiezas, obturaciones dentales, dentaduras postizas, parciales, blanqueamiento, selladores, extracciones, coronas, endodoncias, puentes y educación
Horario: Lunes - Miércoles 9 a.m. a 7 p.m.
 Martes y Jueves 9 a.m. a 8 p.m.
 Viernes y Sábado 9 a.m. a 1 p.m.

Clínicas Dentales "GraceMed"

Teléfono: 316- 681-2545
Pacientes: Niños y Adultos
Servicios: Limpiezas, radiografías, selladores, fluoruro, extracciones, endodoncias, obturaciones dentales, coronas, dentaduras postizas, parciales y puentes.
Horario: Lunes - Viernes 8 a.m. a 5 p.m.

- **Clínica "GraceMed Virginia & George Ablah"**
 Dirección: 3417 S. Meridian St. (67217)
- **Clínica "GraceMed "Dodge"**
 Dirección: 4910 W. 1st St. (67212)
- **Clínica "GraceMed "Downing"**
 Dirección: 2201 E. 25th N. (67219)
- **Clínica "GraceMed "Evergreen"**
 Dirección: 2700 N. Woodland (67204)
- **Clínica "GraceMed "Good Samaritan"**
 Dirección: 3701 E. 13th St. Bldg. 400 (67208)
- **Clínica "GraceMed "Healthy Family"**
 Dirección: 1233 S Emporia (67211)
- **Clínica "GraceMed "Helen Galloway"**
 Dirección: 1122 N. Topeka (67214)
- **Clínica "GraceMed "Jardine"**
 Dirección: 3610 E. Ross Parkway (67210)
- **Clínica "GraceMed Mother Mary Anne"**
 Dirección: 1131 S. Clifton (67218)
 Servicios: Cuidado Dental de Urgencia
 Horario: Lunes - Viernes 5 a 9 p.m.
 Sábado: 1 p.m. a 9 p.m.
- **Clínica "GraceMed "Oaklawn"**
 Dirección: 5000 S. Clifton Ave. Ste. 200 (67216)

Clínica Dental "Hunter Health"

Dirección: 2318 E Central (67214)
Teléfono: 316-269-0677
Pacientes: Niños y Adultos
Servicios: Exámenes integrales, limpiezas, extracciones, radiografías, endodoncias, dentaduras postizas, parciales, puentes, selladores y obturaciones dentales.
Horario: Lunes - Jueves 8:30 a.m. a 5 p.m.
 Viernes. 8:30 a.m. a 1 p.m.
 (Emergencias Sin Cita Previa,
 Lunes - Viernes 7:30 a.m.

Departamento de Salud del Condado de Sedgwick

Dirección: 1900 E 9th (67214)
Horario: Lunes - Viernes 8 a.m. a 5 p.m.
Pacientes: Niños de 5 (en jardín de niños) a 15 años, que llenen los requisitos de elegibilidad
Servicios: Limpiezas, radiografías, tratamiento de fluoruro, selladores, extracciones simples, obturaciones dentales, instrucciones de higiene bucal e información sobre dieta
Horario: Lunes - Jueves 8 a.m. - 5 p.m.
 Solo con Cita

Delta Dental of Kansas Foundation Dental Clínica de Higiene Dental Wichita State University

Dirección: WSU Campus, 2o piso del Ahlberg Hall, Room 207
Teléfono: 316-978-3603
Pacientes: Niños y Adultos
Servicios: Cuidado Dental Preventivo: Limpiezas, selladores, radiografías, fluoruro, exámenes dentales, raspado periodontal y alisado radicular
Horario: Lunes - Jueves.
 Llame para informarse sobre los horarios
 Para citas (abierto desde finales de Agosto a principios de Junio).

Clínica Dental de Educación Avanzada en Odontología General de Wichita State University

Dirección: 2838 N. Oliver Metroplex WSU Campus, Edificio AEGD
Teléfono: 316-978-8350
Pacientes: Niños y Adultos
Servicios: Cuidado Dental Integral: Limpiezas, obturaciones dentales, dentaduras postizas, parciales, blanqueamiento dental, selladores, fluoruro, educación de pacientes, extracciones, endodoncias, coronas, puentes, implantes, todas las radiografías digitales y panorámicas
Horario: Lunes - Viernes. Llame para sacar una cita

Si necesita ayuda para encontrar un hogar médico o aprender más sobre opciones de cobertura de salud económicas, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org



*El Condado de Sedgwick...
 trabajando para usted*

Su Salud está en Sus Manos

“Medical Service Bureau”

Programa de Servicios

El Programa "Voucher": Es limitado para dar asistencia financiera de emergencia en forma de vales (comprobantes) para la compra de recetas de medicamentos genéricos principalmente, suministros para diabéticos, anteojos con prescripción médica, y proporciona referencias para obtener exámenes de la vista de bajo costo. También ayudamos a los beneficiarios de Medicare Parte D con los co-pagos y/o la compra de sus medicamentos mientras están sin cobertura.

El Programa de Medicamentos Farmacéuticos (PDP por sus siglas en inglés): Ayuda a los clientes que califican a través de los lineamientos establecidos por las compañías farmacéuticas, para tener acceso gratuito o a bajo costo a medicamentos de marca que requieren receta médica, para la atención de enfermedades crónicas. El Programa de Medicamentos Recetados de Medicare Parte D disminuyó el número de clientes a los que dábamos servicio debido a los constantes cambios impuestos por las Compañías Farmacéuticas

Requisitos de la Agencia

Prueba de Ingreso Familiar: Este debe ser de los últimos 30 días previos por cada miembro de la familia que trabaje. Para aquellos que no tienen ningún ingreso deben tener una carta de referencia de alguna agencia comunitaria o de su proveedor de cuidados servicios médicos. El Buró de Servicios Médicos (MSB por sus siglas en inglés) tiene disponibles los formularios de referencia, favor de llamar si los necesita.

Prueba de Identificación: Debe traer una identificación por cada una de las personas que habiten en el hogar familiar.

Prueba de Domicilio: Debe traer algo que haya sido enviado por correo a su nombre dentro de los últimos 30 días.

Prueba de Cobertura de Seguro: Debe traer la tarjeta de seguro médico por cada uno de los miembros que habiten el hogar familiar, si es que tienen cobertura.

Dirección:

1530 S. Oliver, Suite 110-130 Wichita, KS 67218

Teléfono:

316-683-559

Horarios de Operación

Lunes a Jueves: 8:30 a 11 a.m. y 1 p.m. a 4 p.m.

Viernes: 8:30 a.m. a 11 a.m.

Para mayor información sobre ayuda para surtir sus recetas médicas, visite en línea el Departamento de Salud del Condado de Sedgwick en la dirección electrónica www.sedgwickcounty.org.



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Si no está asegurado, tiene un seguro médico que no cubre recetas médicas, o tiene Medicare sin cobertura suplementaria de recetas médicas, tal vez usted pueda beneficiarse con los programas de descuento para recetas médicas. Hay varias opciones disponibles en el Condado de Sedgwick.

"Careington's MyCountyCares" El Programa de Tarjeta Única de Beneficios

El Condado de Sedgwick se une en Sociedad con "Careington International Corporation", una Organización con un Plan de Descuento Médico y el Administrador de "PPO" Red Dental, para proveer acceso a servicios de calidad dentales, de salud y estilo de vida a tarifas reducidas. El programa proporciona descuentos en medicamentos recetados, vista, LASIK, diagnósticos por imágenes, auditivos, y más en una sola conveniente tarjeta; para los residentes que no están asegurados, que tienen seguro insuficiente, adultos mayores y dueños de mascotas en el Condado. Los residentes pueden ahorrar en los gastos para servicios de salud y bienestar.

Los "Community Health Advocates" del Condado de Sedgwick distribuyen la tarjeta Única de "Careington's MyCountyCares" a los residentes del Condado de Sedgwick.

Los folletos para llevar pueden ser hallados en varias instalaciones alrededor del Condado de Sedgwick, incluyendo pero sin estar limitado a nuestras Clínicas Comunitarias de Salud, edificios del gobierno local, y en las oficinas de las enfermeras en las escuelas del Distrito Escolar. Para recibir más información acerca de estas tarjetas, por favor llame al 316-660-7673.

"Partnership for Prescription Assistance" - 1-888-4PPA-NOW

La Asociación para la asistencia de prescripción reúne a las compañías farmacéuticas de Estados Unidos, médicos, otros proveedores de atención de salud, organizaciones de defensa de pacientes y grupos comunitarios para ayudar a los pacientes no asegurados a calificar a obtener los medicamentos que necesitan. Muchos están cubiertos gratis o casi gratis. La misión de la Asociación para la asistencia de prescripción es aumentar la conciencia de los programas de asistencia al paciente y aumentar la matriculación de aquellos que son elegibles. La Asociación para la asistencia de prescripción ofrece un único punto de acceso a más de 475 programas públicos y privados de atención al paciente, incluyendo más de 180 programas ofrecidos por las compañías farmacéuticas.

¡Recetas Médicas por \$4 dólares!

Algunas tiendas (incluyendo K-Mart, Target, Dillons y Walmart) están ofreciendo ahora muchas medicinas de tipo común por tan solo \$4 para un suministro de 30 días. Verifique en las tiendas la lista de medicinas y dosis que se ofrecen bajo este plan.



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud *está en* **Sus Manos**

Como ayudar a su doctor a ayudarle a usted

1. **Para ahorrar tiempo y evitar retrasos; traiga su tarjeta de seguro y su identificación si la tiene.** Esto le ahorrará tiempo y posibles retrasos cuando se registre para ver al médico. Más información es mejor.
2. **Traiga una lista de los medicamentos que está usando actualmente.** Esta debe incluir cualquier vitamina que tome así como los medicamentos que requieren o no una receta médica. Los nombres de los medicamentos que requieren receta pueden ser difíciles de recordar, por lo tanto si los escribe, usted estará preparado.
3. **Haga una lista de sus inquietudes de salud.** Apunte y lleve una lista de los tres asuntos que más le inquietan en cada visita. Puede ponerse nervioso y olvidar preguntar por algo que le ha estado molestando.
4. **Conozca y anote cualquier reacción alérgica reciente y las alergias constantes.**
5. **Conozca y ponga por escrito su historial médico.** Incluya cosas tales como cirugías mayores que haya tenido, por ejemplo una cirugía del apéndice. También, tenga por escrito las enfermedades que sus padres, abuelos y hermanos hayan padecido. Muchas enfermedades y condiciones de salud pueden ser hereditarias, por lo tanto su doctor necesita saber si alguna enfermedad es común en su familia.
6. **Comuníquese. Pida aclaraciones.** Si no entiende algo de lo que su médico le está diciendo, pídale que lo repita o que lo explique con otras palabras. Trate de repetir lo que le hayan dicho con sus propias palabras. Si el doctor va demasiado rápido, pídale que vaya más despacio ya que usted quiere estar seguro de que entiende lo que está sucediendo.
7. **Comparta otros factores de salud.** Lo mejor es informarle a su médico sobre otros factores que podrían afectar su condición, tales como fumar y el uso de alcohol y drogas.
8. **Insista en que sus médicos se comuniquen entre sí.** Si lo remiten a un especialista para el cuidado, traiga los resultados de su otro doctor. De nuevo, más información siempre es mejor.



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

Dolor de Garganta

Síntomas

Dolor en la garganta; garganta enrojecida, irritada
Siente el cuello inflamado
Dificultad para tragar

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Beba líquidos
Gárgaras con agua con sal caliente
Use pastillas para la tos

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 101 o más alta
Manchas blancas en la garganta
Dificultad para respirar
Erupción en la piel

Cortadas y Raspaduras

Síntomas

Cortada menor o raspadura de la piel con poco sangrado

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Aplique presión durante 15 minutos para detener el sangrado
Prevenga una infección limpiando con agua y jabón y agua oxigenada (peróxido de hidrógeno)
La crema antibacteriana ayuda a prevenir infecciones
Cubra con un vendaje

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Sangrado fuera de control
Cortada larga y profunda
Entumecimiento
Signos de infección (pus, hinchazón, dolor, fiebre, enrojecimiento, estrías)
Si no puede juntar las orillas de la cortada

Dolor de Oído

Síntomas

Siente el oído congestionado
No puede oír bien
Comezón
Dolor, enrojecimiento o inflamación

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Trate de remover la cerilla con "removedor de cerilla"
Use descongestionantes, antiestamínicos, vaporizadores
NO use hisopos de algodón

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 102 o más alta
Dolor severo en el oído
Pus o descarga con sangre
Zumbidos en los oídos, mareos
Golpes en la cabeza recientes

Fiebre

Síntomas

Calor y sudor
Podría tener escalofríos
Dolor de cuerpo

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Beba líquidos para prevenir la deshidratación
Tome un baño de agua tibia de esponja
Tome medicina contra la fiebre (aspirina/sustituto de aspirina)

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 103 o más alta
Fiebre con aparición de erupción en la piel, rigidez en el cuello, dolor de cabeza severo, confusión
Dolor al orinar
Dolor de espalda o abdominal severo



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

Cuidado de sí mismo para problemas comunes (continuado)

Dolor de Cabeza

Síntomas

Palpitaciones en la cabeza
Náusea
Tensión en la cabeza, cuello y hombros
Dolor en los senos paranasales

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Descanse y de un masaje a los músculos en sus hombros y cuello
Use compresas frías para su cabeza y frente
Use compresas calientes para el dolor en sus senos paranasales
Tome aspirina/sustituto de aspirina

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Dolor de cabeza inusual severo
Fiebre de 102 o más alta
Lenguaje desarticulado, cambios en la vista
Debilidad en brazos o piernas

Tos

Síntomas

Tos seca o con producción de mucosidades
Toser por causa de un resfriado, alergia o algún irritante (como el humo)

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Beba líquidos
Use un vaporizador
Use pastillas para la tos
Use jarabe para la tos con "expectorante"
No fume

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 102 o más alta
Falta de aliento
Dolor de pecho severo
Mucosidad con sangre, café o verde

Nariz Congestionada

Síntomas

No puede respirar por la nariz
Siente la nariz congestionada
Podría tener una descarga con color saliendo de su nariz
Presión o dolor por arriba o por debajo de los ojos

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Beba líquidos
Use un vaporizador o compresa caliente sobre sus pómulos y frente
Use un atomizador nasal y descongestionantes,

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 102 o más alta
Mucosidad con sangre, café o verde
Dolor en la frente, pómulos y dientes

Dolor de Espalda

Síntomas

Dolor de espalda
Duele al moverse

Tratamiento para el Cuidado de Sí Mismo

Beba líquidos para prevenir la deshidratación
Tome un baño de agua tibia de esponja
Tome medicina contra la fiebre (aspirina/sustituto de aspirina)

Cuando Obtener Cuidados Médicos

Fiebre de 103 o más alta
Fiebre con aparición de erupción en la piel, rigidez en el cuello, dolor de cabeza severo, confusión
Dolor al orinar
Dolor de espalda o abdominal severo



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible, llame al 2-1-1 o visite www.sedgwickcounty.org

Su Salud está en Sus Manos

No Son Emergencias

- Un dolor de oído
- Síntomas de resfriado y gripe
- Quemaduras de sol
- Heridas menores (con sangrado bajo control)
- Picaduras de insectos (que no ocasionan problemas de respiración)
- Fiebre (sin convulsiones)
- Erupciones de la piel
- Torcedura muscular

Dese un tratamiento para el “cuidado de sí mismo”
o llame a su médico para solicitar asesoría.

Son Emergencias

¡Requieren atención médica de inmediato!

- Sangrado severo que no para después de 15 minutos de aplicarle presión directa
- Dolor de pecho severo con: | transpiración, falta de aliento, mareo, vómito, y náusea
- Dificultad para respirar
- Desmayo
- Asfixia
- Ingestión de veneno
- Fractura de un hueso

Para niños:

- Dificultad para respirar
- Vómito continuo
- Diarrea con rastros de sangre
- Rigidez en el cuello con fiebre o dolor de cabeza
- Fiebre alta (NO dé a los niños aspirina)

Información Importante para Llevar en la Cartera o Bolso

- Nombre y número telefónico de su médico; información de su plan de seguro médico
- Nombre y número telefónico de un familiar o amigo en caso de emergencia
- Lista de alergias
- Lista de problemas médicos (por ejemplo diabetes, presión alta)
- Lista de recetas médicas y la dosis que toma



*El Condado de Sedgwick...
trabajando para usted*

Si usted necesita ayuda para encontrar un hogar médico o
saber más sobre opciones de cobertura de salud asequible,
llame al 2-1-1 o visite www.sedwickcounty.org

Su Salud *está en* **Sus Manos**