

Cómo programar y prepararse para una cita



Ahora es un buen momento para empezar a hacer sus propias citas con su doctor o enfermera. Si tiene 18 años o más, considere la posibilidad de firmar un formulario de liberación de información para permitir que sus padres le sigan ayudando con su cuidado médico. Sin importar cuál sea su edad, aquí le ofrecemos algunas ideas de cómo prepararse para una cita en su consultorio médico:

Para hacer una cita para que lo atiendan lo más pronto posible (por ejemplo, cuando tenga una enfermedad o lesión), llame al **503-640-2757** y siga las instrucciones del teléfono para programar una cita. Si no está seguro si necesita una cita, llame a **503-640-2757** y siga las instrucciones para dejar un mensaje para recibir asesoramiento por una enfermera. Una enfermera le llamará para hablar con usted y asesóralo.

Para visitas de rutina como su examen físico anual o para una cita de seguimiento de una condición crónica, por favor llame dos meses antes de la fecha de la cita deseada.

Es muy importante que usted mantenga su cita programada. Si usted necesita cancelar o cambiar la fecha de una cita, llame a la clínica tan pronto como sea posible – **por lo menos 24 horas** antes de la cita.

Siempre traiga a su cita:

- Identificación con foto
- Tarjeta de seguro médico
- Registro de vacunación para actualizarlo
- Lista de medicamentos que esté tomando incluyendo las recetas, medicamentos que puede comprar sin receta y vitaminas. Asegúrese de saber por qué está tomando ese medicamento.
- Lista de las preguntas que tenga para su médico o enfermera
- Para las muchachas: la fecha de su último período menstrual.

Una vez que esté en la oficina:

- Informe en la recepción que ya llegó
- Lo(a) llevarán a un cuarto para examinarlo(a)
- Haga una lista de los medicamentos que esté tomando y entréguesela a la asistente médica.

Nota: Si usted es alérgico a algún medicamento dígaselo al personal de la oficina y dígalos también cual es su reacción alérgica. Por ejemplo: Amoxicilina = ronchas

- Se mediará su altura y su peso. Dependiendo de la razón de su visita, puede ser necesario tomar más medidas o muestras.
- Le preguntaremos cuál es la razón de su cita
- ¿Cuándo comenzaron sus síntomas? Consulte el calendario si es necesario.
- ¿Qué lo(a) hace sentirse mejor o peor?
- Repase su lista de preguntas con su proveedor de cuidados médicos. Asegúrese de recibir respuesta a sus preguntas.
- Programe su próxima cita.
- Siga las instrucciones que le dio el doctor y las que están en el portal del paciente.