

Puentes De Salud / Bridges of Health - How to Use Telehealth

Your guide to virtual care services.

Introduction to Telehealth

Welcome to your guide on using telehealth services with Puentes De Salud / Bridges of Health. This guide is designed to help you understand and navigate your virtual healthcare appointments smoothly. Telehealth allows you to connect with your healthcare provider from the comfort of your home, making it easier to access the care you need.

Bienvenidos a su guía para utilizar los servicios de telesalud con Puentes De Salud / Bridges of Health. Esta guía está diseñada para ayudarle a comprender y navegar sus citas de atención médica virtuales sin problemas. La telesalud le permite conectarse con su proveedor de atención médica desde la comodidad de su hogar, lo que facilita el acceso a la atención que necesita.



How a Telehealth Appointment Works / Cómo funciona una cita de telesalud

Telehealth appointments connect you with your doctor or healthcare provider through a video call. It's like an in-person visit, but conducted online using your smartphone, tablet, or computer.

Steps:

1. You will receive a link or instructions to join the virtual waiting room.
2. Your provider will start the video call when they are ready.
3. You will discuss your health concerns, symptoms, and any questions you may have.
4. The provider will offer diagnosis, treatment plans, or further instructions.

Las citas de telesalud lo conectan con su médico o proveedor de atención médica a través de una videollamada. Es como una visita en persona, pero se realiza en línea utilizando su teléfono inteligente, tableta o computadora.

Pasos:

1. Recibirá un enlace o instrucciones para unirse a la sala de espera virtual.
2. Su proveedor iniciará la videollamada cuando esté listo.
3. Discutirá sus problemas de salud, síntomas y cualquier pregunta que pueda tener.
4. El proveedor ofrecerá un diagnóstico, planes de tratamiento o instrucciones adicionales.

Before Your Appointment / Antes de la Cita

Ensure you have a stable internet connection and your device (phone, tablet, computer) is charged.

Prepare:

- **Device & Internet:** Check your Wi-Fi or mobile data. Test your camera and microphone.
- **Appointment Link:** Locate the link or details provided by the clinic.
- **Identification:** Have your ID ready.
- **Medications:** List all current medications (name, dosage, frequency).
- **Questions:** Write down any questions for your provider.

Asegúrese de tener una conexión a Internet estable y que su dispositivo (teléfono, tableta, computadora) esté cargado.

Prepárese:

- **Dispositivo e Internet:** Verifique su Wi-Fi o datos móviles. Pruebe su cámara y micrófono.
- **Enlace de Cita:** Localice el enlace o los detalles proporcionados por la clínica.
- **Identificación:** Tenga su identificación lista.
- **Medicamentos:** Enumere todos los medicamentos actuales (nombre, dosis, frecuencia).
- **Preguntas:** Anote cualquier pregunta para su proveedor.

During Your Appointment / Durante la Cita

Your provider may ask about your symptoms, medical history, and lifestyle.

What to do:

- **Be clear and concise** when describing your symptoms.
- **Ask questions** if anything is unclear. It's your health!
- **If you don't understand:** Politely ask the provider to repeat or explain in simpler terms. You can say, "Could you please explain that again?" or "I didn't quite understand that."

Su proveedor puede preguntarle sobre sus síntomas, historial médico y estilo de vida.

Qué hacer:

- **Sea claro y conciso** al describir sus síntomas.
- **Haga preguntas** si algo no está claro. ¡Es su salud!
- **Si no entiende:** Pida amablemente al proveedor que repita o explique en términos más sencillos. Puede decir: "¿Podría explicar eso de nuevo, por favor?" o "No entendí eso muy bien."

After the Appointment / Después de la Cita

After your appointment, you'll receive instructions and next steps.

Key actions:

- **Instructions:** Note down or save any instructions given by your provider.
- **Prescriptions:** If prescribed medication, you'll receive details on how to fill it.
- **Referrals:** If you need to see a specialist, you'll get a referral.
- **Follow-up:** Schedule a follow-up appointment if recommended.

Después de su cita, recibirá instrucciones y los próximos pasos.

Acciones clave:

- **Instrucciones:** Anote o guarde cualquier instrucción dada por su proveedor.
- **Recetas:** Si le recetan medicamentos, recibirá detalles sobre cómo surtirlos.
- **Referencias:** Si necesita ver a un especialista, recibirá una referencia.
- **Seguimiento:** Programe una cita de seguimiento si se lo recomiendan.

Prescriptions / Recetas

Prescriptions are instructions from your doctor for medication.

How it works:

- Your doctor sends the prescription electronically to your chosen pharmacy.
- You pick up the medication at the pharmacy.
- **If the medicine is expensive:** Talk to your doctor or pharmacist. There might be generic alternatives, assistance programs, or coupons available.

Las recetas son instrucciones de su médico para obtener medicamentos.

Cómo funciona:

- Su médico envía la receta electrónicamente a su farmacia elegida.
- Usted recoge el medicamento en la farmacia.
- **Si el medicamento es caro:** Hable con su médico o farmacéutico. Puede haber alternativas genéricas, programas de asistencia o cupones disponibles.

How to Read a Prescription Label / Cómo leer una etiqueta de receta

Understanding your prescription label ensures you take medication correctly. Here's a breakdown of common information:

- **Patient Name:** Your name.
- **Medication Name:** The name of the drug.
- **Dosage:** How much of the medication to take (e.g., 10mg).
- **Form:** How the medication comes (e.g., tablet, capsule, liquid).
- **Instructions (Sig):** How often and when to take it (e.g., Take one tablet by mouth twice daily).
- **Quantity:** The total amount of medication dispensed.
- **Refills:** How many times you can refill the prescription.
- **Prescriber:** The doctor who wrote the prescription.
- **Pharmacy Information:** Name, address, and phone number of the pharmacy.

Pharmacy name & address: RX OUTREACH
3171 Riverport Tech Center Dr.
Maryland Heights, MO 63043

Patient name & address: **Public, Joseph Q.**
1234 City Street St. Louis, MO 631295503

Name & strength of drug: Dispensed: **METFORMIN HCL TAB 1000MG**

Drug instructions: TAKE 1 TABLET BY MOUTH DAILY

Physical description of drug: Pill Markings: 2 71 OVAL WHITE TABLET

Pharmaceutical manufacturer: MFR: ZYGENERICS NDC/UPC: 68382003010
Rx Written: 10/22/22

Don't use drug past this date: Discard After: 10/22/23

Federal caution statement: CAUTION: FEDERAL LAW PROHIBITS TRANSFER OF THIS DRUG TO ANY PERSON OTHER THAN THE PATIENT FOR WHOM PRESCRIBED

Date prescription was written: Rx: 1099747
Refill: 3
PSBR: Dr. A. Physician

Number of times you can reorder this drug: Call 1-800-769-3880
Reorder After: 12/20/22
Qty Filled: 90 of 90

Number used by pharmacy to identify your prescription: LOCATION: 555-020201
Filled On: 10/24/22
RPH: S. Barranco

Your doctor's name: Pharmacist in charge

Pharmacy phone number: Date drug was filled by pharmacy

Date to place your refill order: Number of pills in bottle

- **Nombre del Paciente:** Su nombre.
- **Nombre del Medicamento:** El nombre del fármaco.
- **Dosis:** Cuánto medicamento tomar (ej. 10mg).
- **Forma:** Cómo se presenta el medicamento (ej. tableta, cápsula, líquido).
- **Instrucciones (Sig):** Con qué frecuencia y cuándo tomarlo (ej. Tomar una tableta por vía oral dos veces al día).
- **Cantidad:** La cantidad total de medicamento dispensado.
- **Recargas:** Cuántas veces puede rellenar la receta.
- **Prescriptor:** El médico que escribió la receta.
- **Información de la Farmacia:** Nombre, dirección y número de teléfono de la farmacia.

The diagram shows a prescription label for METFORMIN HCL TAB 1000MG with various fields explained by callouts in Spanish:

- Número de veces que puedes volver a pedir este medicamento:** Refill: 3
- Número utilizado por la farmacia para identificar su receta:** Rx: 1099747
- El nombre de su médico:** PSBR: Dr. A. Physician
- Número de teléfono de farmacia:** Call 1-800-769-3880
- Fecha para realizar su pedido de recarga:** Reorder After: 12/20/22
- número de pastillas en un frasco:** Qty Filled: 90 of 90
- Nombre y dirección de la farmacia:** RX OUTREACH, 3171 Riverport Tech Center Dr., Maryland Heights, MO 63043
- Nombre y dirección del paciente:** Public, Joseph Q., 1234 City Street, St. Louis, MO 631295503
- Nombre y potencia del medicamento:** Dispensed: METFORMIN HCL TAB 1000MG
- Instrucciones de drogas:** TAKE 1 TABLET BY MOUTH DAILY
- Descripción física de la droga:** Pill Markings: 2 71 OVAL WHITE TABLET
- Fabricantes farmacéuticos:** MFR: ZYGENERICS, NDC/UPC: 68382003010, Rx Written: 10/22/22
- No consumas drogas después de esta fecha:** Discard After: 10/22/23
- Declaración de precaución federal:** CAUTION: FEDERAL LAW PROHIBITS TRANSFER OF THIS DRUG TO ANY PERSON OTHER THAN THE PATIENT FOR WHOM PRESCRIBED
- Fecha en que se escribió la prescripción:** LOCATION: 555-020201, Filled On: 10/24/22, RPH: S. Barranco
- Fecha en que la farmacia surtió el medicamento:** (Linked to Filled On date)
- Farmacéutico a cargo:** (Linked to RPH name)

<https://rxoutreach.org/education-understanding-prescription-medication-labels/>

Referrals / Referencias

A referral is a recommendation from your primary care provider to see a specialist doctor for a specific health condition.

What to expect:

- Your provider will give you information about the specialist.
- You may need to call the specialist's office to schedule an appointment.
- Bring your referral information and any relevant medical records to your specialist visit.

Una referencia es una recomendación de su proveedor de atención primaria para ver a un médico especialista para una condición de salud específica.

Qué esperar:

- Su proveedor le dará información sobre el especialista.
- Es posible que deba llamar a la oficina del especialista para programar una cita.
- Lleve su información de referencia y cualquier registro médico relevante a su visita con el especialista.

Follow-Up Appointments / Citas de Seguimiento

Follow-up appointments are crucial for monitoring your health and treatment progress.

Why they matter:

- To check if your treatment is working.
- To adjust medications or treatment plans.
- To discuss any new symptoms or concerns.
- **Scheduling:** If your provider recommends a follow-up, ask for scheduling information before ending your appointment or call the clinic later.

Las citas de seguimiento son cruciales para monitorear su salud y el progreso de su tratamiento.

Por qué son importantes:

- Para verificar si su tratamiento está funcionando.
- Para ajustar medicamentos o planes de tratamiento.
- Para discutir cualquier síntoma o preocupación nueva.
- **Programación:** Si su proveedor recomienda un seguimiento, pida información sobre la programación antes de terminar su cita o llame a la clínica más tarde.

Patient Portals & Forms / Portales y Formularios para Pacientes

Patient portals are secure online websites or apps that give you access to your health information.

Using the portal:

- **Registration:** You may need to register with an email address and create a password.
- **Features:** View test results, request prescription refills, schedule appointments, message your provider.
- **Common Problems:** Forgotten passwords, difficulty navigating. Contact the clinic for support.
- **Forms & Insurance:** You may find downloadable patient forms or insurance information here.

Los portales para pacientes son sitios web o aplicaciones seguras en línea que le brindan acceso a su información de salud.

Uso del portal:

- **Registro:** Es posible que deba registrarse con una dirección de correo electrónico y crear una contraseña.
- **Funciones:** Ver resultados de pruebas, solicitar resurtido de recetas, programar citas, enviar mensajes a su proveedor.
- **Problemas Comunes:** Contraseñas olvidadas, dificultad para navegar. Póngase en contacto con la clínica para obtener ayuda.
- **Formularios y Seguros:** Es posible que encuentre formularios para pacientes descargables o información de seguros aquí.

Conclusion / Conclusión

We hope this guide helps you feel more comfortable and confident using telehealth services with Puentes De Salud / Bridges of Health.

Esperamos que esta guía le ayude a sentirse más cómodo y seguro al utilizar los servicios de telesalud con Puentes De Salud / Bridges of Health.