

INJURED OR ILL?

KNOW WHERE TO GO

Go to the ER or call 911 if you have:

- difficulty breathing
- chest pain
- unconsciousness (fainting)

This is not a complete list of emergency symptoms. For more information about when to go to the ER, please visit mynmhc.org/adam.

If going to the ER, remember:

- An ER visit costs an average of five times more than an urgent care center visit.
- You are more likely to wait a long time before being treated than you are at an urgent care center.

Not sure? Call our 24/7 nurse advice line

New Mexico Health Connections members can call the **NMHC Care Connect Line** at **1-844-308-2552**. A registered nurse can help you decide whether you should seek urgent care or emergency care, answer general health questions, and offer resources. The Care Connect Line is available 24 hours a day, seven days a week, including holidays.

It can be difficult to know what to do when you feel ill or have had an accident or injury. Knowing when to go to an urgent care center or seek emergency care can save you time and money – and can help control your overall out-of-pocket expenses.

Urgent care: When you need medical attention right away

Urgent care centers are walk-in, same-day clinics that can handle a variety of medical problems that should be treated right away but are not life-threatening. Urgent care centers typically have evening, weekend, and holiday hours.

When you need care right away but cannot wait to get in to see your regular doctor, urgent care can help you with common health problems, such as:

- flu, colds, cough, sore throat
- high fever
- vomiting, diarrhea, stomach pain
- cuts and severe scrapes
- broken bones
- minor injuries and burns
- sports injuries

While not a substitute for your primary care doctor, urgent care is useful when you need treatment and can't get in to see your doctor, and usually costs much less than an emergency room visit.

How to find an in-network urgent care center

When you seek care from a provider in the New Mexico Health Connections network, you'll save money on out-of-pocket costs. Find an urgent care center on our website, mynmhc.org/find_a_doctor.aspx.

Emergency room (ER)

The ER, also called an emergency department (ED), is meant to treat life-threatening situations – illnesses or injuries that could cause death or serious harm to your health and ability to function if not treated immediately.

ERs are equipped for the most serious medical emergencies, as well as surgery, and are open 24 hours a day, 7 days a week. Most hospitals have emergency rooms.



Refreshingly Different



2440 Louisiana Blvd. NE, Suite 601
Albuquerque, NM 87110
Gratis: 1-855-7MY-NMHC (769-6642)

myNMHC.org

Vaya a la sala de emergencias o llame al 911 si usted:

- tiene dificultad respiratoria
- tiene dolores de pecho
- pierde el conocimiento (desmayos)

Esta es solo una lista parcial de los síntomas que necesitan atención médica de emergencia. Para conseguir más información sobre cuándo debe recurrir a la sala de emergencias, favor de visitar mynmhc.org/adam.

Si va a la sala de emergencias, recuerde:

- Una visita a la sala de emergencias cuesta un promedio de cinco veces más que una consulta en un centro de atención médica urgente.
- Hay mayor probabilidad de que usted espere mucho más tiempo para recibir atención que en los centros de atención médica urgente.

¿No está seguro? Llame a nuestra línea telefónica de consejos de enfermería que está a su disposición las 24 del día, los siete (7) días de la semana

Los asegurados de New Mexico Health Connections pueden llamar a **NMHC Care Connect Line** al **1-844-308-2552**. Un(a) enfermero(a) certificado(a) le puede ayudar a decidir si usted debe buscar atención médica urgente o de emergencia, le contestará sus preguntas generales referentes a la salud y le ofrecerá recursos. Care Connect Line está a su disposición las 24 horas del día, los siete días de la semana, incluso los días feriados.

¿ESTÁ HERIDO O ENFERMO?

DEBE SABER A DÓNDE RECURRIR

Puede ser difícil saber lo que debe hacer si se siente enfermo o si ha sufrido una herida o un accidente. Saber cuándo debe ir a un centro de atención médica urgente o buscar atención médica de emergencia le puede ahorrar tiempo y dinero y le puede ayudar a controlar sus gastos del bolsillo en general.

Atención médica urgente: Cuando usted necesita atención médica enseguida

Los centros de atención médica urgente aceptan pacientes el mismo día sin turno previo y pueden atender una variedad de problemas médicos que se deben tratar enseguida, pero que no ponen en peligro su vida. Los centros de atención médica urgente típicamente tienen horas hábiles al anochecer, los fines de semana y los días feriados.

Cuando usted necesita atención médica enseguida, pero no puede esperar para consultar a su médico regular, la atención médica urgente le puede ayudar con problemas médicos comunes, por ejemplo:

- gripe, resfríos, tos, dolor de garganta
- fiebre alta
- vómitos, diarrea, dolores de estómago
- cortaduras o arañazos severos
- huesos rotos
- quemaduras o heridas pequeñas
- heridas de deportes

Aunque no substituye la atención médica de su médico de cabecera, la atención médica urgente es útil cuando usted necesita tratamientos y no puede consultar a su médico y, por lo general, cuesta mucho menos que las vistas a la sala de emergencias.

Cómo buscar un centro de atención médica urgente de la red

Cuando usted recibe atención médica de un proveedor de servicios médicos de la red de New Mexico Health Connections, ahorrará dinero de los gastos del bolsillo. Puede buscar un centro de atención médica urgente en nuestro sitio web, mynmhc.org/find_a_doctor.aspx.

Salas de emergencias [ER]

Las salas de emergencias, que también se llama el departamento de emergencias, es para tratar situaciones que ponen en peligro su vida: las enfermedades o heridas que le pudieran matar u ocasionar daños graves a su salud y a su habilidad de funcionar bien si no se tratan enseguida.

Las salas de emergencia tienen los equipos necesarios para tratar las emergencias médicas más graves, incluso para hacer cirugías, y están abiertas las 24 horas del día, los siete días de la semana. La mayoría de los hospitales tienen salas de emergencia.