

USO CONSCIENTE DO PLANO DE SAÚDE



Olá Beneficiário!

O Plano Santa Casa Saúde deseja cuidar de você por muito tempo, por isso apresentamos 10 dicas importantes para o bem da sua saúde e sustentabilidade dos benefícios que o seu plano lhe proporciona.

O objetivo é orientá-los como usar o plano da melhor forma e que possa contribuir para a melhoria da sua qualidade de vida. Invista em você e na prevenção de doenças! Pequenas atitudes podem fazer a diferença!

10 TOP DICAS



01 **AGENDAMENTO DE CONSULTAS**
Marque sua consulta com antecedência e se não puder comparecer também desmarque com antecedência para que outro paciente possa se beneficiar.

02 **EXAMES E RECEITAS**
Guarde-os bem guardados e sempre os leve nas consultas. Numa pasta ou mesmo no celular eles devem ser mostrados ao seu médico.


03 **CONSULTAS AGENDADAS**
Prepare-se para a consulta médica: leve todas as suas perguntas, dúvidas, exames e as receitas anteriores, pois assim você ajuda no raciocínio do médico, facilita o diagnóstico e o início do tratamento.


04 **CONFIE NO SEU MÉDICO**
Tenha um médico de confiança e procure-o sempre que precisar. Conhecendo seu histórico, ele pode fazer diagnósticos mais precisos. Não troque de especialista a todo o momento. Isso poderá confundir seu diagnóstico, além de fazê-lo repetir procedimentos já realizados, elevando os custos de seu plano e de sua coparticipação.

05 **DIAGNÓSTICO**
Ao término da consulta esclareça bem com o seu médico qual ou quais são seus diagnósticos, afinal quando lhe perguntarem qual a doença que você faz tratamento você precisa informar corretamente. Isso é muito importante, pois pode ajudar muito em situações de urgência/emergência. Informe também sua família sobre os seus diagnósticos.

06 **MEDICAMENTOS**
Somente tome medicamentos prescritos por médicos e decore o nome deles e a dosagem, afinal, isso pode fazer a diferença se você for atendido na urgência/emergência, pois essa informação pode salvar sua vida.

07 **PRONTO SOCORRO**
O Pronto Socorro é uma unidade de saúde destinada ao atendimento imediato das pessoas que apresentam risco de vida. Sua ida ao Pronto Socorro sem necessidade causa transtornos no atendimento médico e prejudica as pessoas que realmente precisam de suporte imediato ou que se encontram em risco de vida; O atendimento de consultas de rotina deve ser feito nos ambulatórios, clínicas e consultórios credenciados.

 **Quando ir ao Pronto Socorro?**
Dor no peito de aparecimento súbito (hipertensos e cardíacos);
Palidez - Suor frio - Desmaio - Perda da consciência;
Dor de cabeça intensa;
Hipertensão arterial - Pressão alta (dor na nuca/visão turva);
Bronquite/asma/falta de ar;
Dor abdominal intensa;
Diarréia e vômitos persistentes;
Ferimentos (corto-contuso) com sangramento;
Traumas/fraturas/entorses/luxações;
Sangramentos (hemorragias);
Crise convulsiva (ataque);
Febre alta que não responde a antitérmicos;
Alergia de aparecimento súbito;
Queimaduras;
Diabetes descompensada (hiperglicemia/hipoglicemia).

 **Quando não ir ao Pronto Socorro?**
Consultas de rotina;
Pegar atestados médicos;
Pegar ou trocar receitas médicas e guias de exame;
Conversar com médicos e profissionais de plantão;
Medir pressão arterial;
Consultas com especialistas - (cardiologista, geriatra, oftalmologista, dermatologista, cirurgião);
Teste de gravidez;
Tomar vacinas.

08 **SESSÕES/TERAPIAS**
Alguns procedimentos são autorizados por sessão, como: Fisioterapia, Fonoaudiologia, Psicologia, Nutrição, Acupuntura, etc. Esses procedimentos precisam do encaminhamento do seu médico após diagnóstico e avaliação da necessidade. Nunca assine todas as sessões ao mesmo tempo. Assine e date no dia e horário que realizar o procedimento.

09 **CHECK UP**
Faça o seu regulamente. Previna o aparecimento de doenças. Importante hábito anual, procurar seu médico para falar sobre sua vida, mesmo não apresentando sintomas, pois na sua história de vida e nos seus hábitos podem se esconder riscos e chance do surgimento de doenças que, muitas vezes, cursam silenciosamente.

10 **PROMOÇÃO DA SAÚDE**
Procure a Medicina Preventiva para fazer seu planejamento em saúde e qualidade de vida e siga-o regularmente. Lá você vai encontrar uma equipe multidisciplinar de profissionais da saúde especializados em promover sua saúde, prevenir e controlar doenças crônicas.

Fale conosco e tire todas as suas dúvidas pelo telefone (12) 3876-9600, pelo site planosantacasasaude.com ou pelo nosso aplicativo.



Se você ainda não baixou o aplicativo, use a câmera do celular para ler o QR Code e baixe agora.

Plano
Santa Casa
Saúde

Acolher, respeitar, cuidar.