



# Reciba atención médica cuando la necesite y en donde la necesite

Si usted se enferma o se lesiona, lo ideal es que la tiempo la atención médica que necesita. Usted puede ahorrarse tiempo y estrés a donde debe acudir para recibir la atención que necesita. **Si tiene una emergencia que ponga su vida en peligro, llame primero al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana.**

**Atención primaria:** Llame primero a su proveedor de atención primaria (PCP) a menos de que tenga una emergencia que ponga su vida en peligro. Ellos conocen su historial de salud y los tratamientos que le funcionarán mejor. Puede visitar a su PCP para cualquier consulta, desde un dolor de garganta hasta exámenes para detección de cáncer. Si su PCP no puede brindarle la atención que necesita, ellos le ayudarán a encontrar a alguien que pueda hacerlo.

**Cuidados de salud conductual:** Los cuidados de salud conductual incluyen servicios de salud mental y trastornos por consumo de drogas y alcohol. Su médico de atención primaria puede ayudarlo a encontrar un proveedor de salud conductual si usted no cuenta con uno.

**Cuidados de urgencia:** Acuda a recibir cuidados de urgencia si tiene una afección que no ponga en peligro su vida o, si su PCP no está disponible o, si no puede esperar a que le den una cita. Considere visitar los cuidados de urgencia si tiene<sup>1</sup>:

- Síntomas leves de asma
- Dolor abdominal leve
- Esguinces o distensiones
- Fiebre

**Cuidado dental:** Los dentistas están preparados para ayudarlo con sus necesidades dentales. Llame primero a su dentista para cualquier problema relacionado con su salud oral a menos de que tenga una emergencia que ponga su vida en peligro.

**Cuidados de emergencia:** Vaya a la sala de emergencias solo en caso de emergencia. Las salas de emergencia están diseñadas para afecciones potencialmente mortales, tales como<sup>1</sup>:

- Dolor en el pecho
- Dificultad para respirar
- Lesiones en la cabeza
- Sangrado que no se detiene

Usted puede obtener este documento en otro idioma, letra grande u otro formato que sea el mejor para usted. También puede tener un intérprete de idiomas. Llame al 888-788-9821 (TTY/TDD 711).

Eastern Oregon Coordinated Care Organization cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: Si habla español, hay disponibles servicios de ayuda con el idioma sin costo o bien para usted. Llamar al 888-788-9821 (TTY: 711).

<sup>1</sup>Estos son ejemplos de condiciones y no una lista completa.

# Encuentre atención cerca de los condados de Gilliam y Sherman en Oregon:

## Cuidados de atención primaria y de salud pública:

### Arlington Health Center

- 110 On The Mall, Arlington, OR 97812
- 541-454-2888
- <http://arlingtonclinic.org/>
- Horario: de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 4 p.m.

### Asher Community Health Center

- 712 Jay Street, Fossil, OR 97830
- 541-763-2725
- <https://asherhealth.org/>
- Horario: de lunes a jueves de 8 a.m. a 6 p.m.; viernes de 8 a.m. a 5 p.m. (después de horas hábiles, llame al número de teléfono principal)

### Columbia River Health

- 450 Tatone Street, Boardman, OR 97818
- 541-481-7212
- <https://www.crhclinic.net/>
- Horario: de lunes a viernes de 8 a.m. a 6 p.m.
- Visitas sin previa cita y para el mismo día disponibles bajo solicitud

### Mid-Columbia Medical Center Family Medicine

- 1620 E 12th Street
- 541-296-9151
- <https://www.mcmc.net/our-services/family-medicine/>
- Horario: de lunes a viernes, solo con cita

### Mid-Columbia Medical Center Internal Medicine

- 551 Lone Pine Boulevard, The Dalles, OR 97058
- 541-506-6920
- <https://www.mcmc.net/our-services/internal-medicine/>
- Horario: de lunes a miércoles de 8 a.m. a 6 p.m.; jueves de 7:30 a.m. a 6 p.m.; viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

### Mid-Columbia Medical Center Pediatrics

- 1935 E 19th Street, The Dalles, OR 97058
- 541-506-6520
- <https://www.mcmc.net/our-services/pediatrics/>
- Horario: de lunes a jueves de 8 a.m. a 6 p.m.; viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

### One Community Health

- 1040 Webber Street, The Dalles, OR 97058
- 541-296-4610
- <https://www.onecommunityhealth.org/the-dalles>
- Horario: de lunes a viernes de 8 a.m. a 6 p.m.

### Pioneer Memorial Clinic

- 130 Thompson Avenue, Heppner, OR 97836
- 541-676-5504
- <https://morrowcountyhealthdistrict.org/pioneer-memorial-clinic/>
- Horario: de lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m.
- Visitas sin previa cita y para el mismo día disponibles bajo solicitud

### Sherman County Medical Clinic

- 110 Main Street, Moro, OR 97039
- 541-565-3325
- <http://shermancountymedicalclinic.net/>
- Horario: de lunes a jueves de 8 a.m. a 12 p.m. y de 1:30 p.m. a 4 p.m.
- Visitas sin previa cita y para el mismo día disponibles bajo solicitud

### South Gilliam Health Center

- 422 N Main Street, Condon, OR 97823
- 541-384-3121
- <https://southgilliamhealthcenter.com>
- Horario: Abierto por cita

## Salud del comportamiento:

### Mid-Columbia Center for Living in Sherman County

- 903 Barnett Street, Klondike Room 107, Wasco, OR, 97065
- 541-565-3149
- <https://www.mccfl.org/>
- Horario: de lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m. (después de horas hábiles, llamar a la línea gratuita de crisis disponible las 24 horas al 888-877-9148)

### Mid-Columbia Center for Living in The Dalles

- 1060 Webber Street, The Dalles, OR 97058
- 541-296-5452
- <https://www.mccfl.org/>
- Horario: de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 12 p.m. y de 1 p.m. a 5 p.m. (después de horas hábiles llamar a la línea gratuita de crisis disponible las 24 horas al 888-877-9148)

## Cuidado dental:

Para encontrar un dentista cerca de usted llame a su organización de salud dental coordinada (DCO).

### ODS Community Dental

- 800-342-05269
- <https://www.odsccommunitydental.com/>
- Horario: de lunes a viernes de 7:30 a.m. a 5:30 p.m.

## Cuidados de emergencia:

### Mid-Columbia Medical Center Emergency Department

- 1700 East 19th Street, The Dalles, OR 97058
- 541-296-1111
- <https://www.mcmc.net/our-services/emergency-care/>

### Pioneer Memorial Hospital

- 564 E Pioneer Drive, Heppner, OR 97836
- 541-676-9133
- <https://morrowcountyhealthdistrict.org/pioneer-memorial-hospital-nursing-facility>

## ¿Tiene preguntas?

Estamos aquí para ayudarle. Llame a nuestro equipo de servicio de atención al cliente al 888-788-9821 (usuarios de TTY, marcar 711) o envíenos un correo electrónico a **[EOCCOmedical@eocco.com](mailto:EOCCOmedical@eocco.com)**.