

Consejos útiles para tomar sus medicamentos

Si toma uno o más medicamentos recetados debido a problemas de salud crónicos (o a largo plazo), puede ser difícil hacer un seguimiento de los medicamentos. ¡Estos son algunos consejos que pueden ayudarle con los medicamentos para que pueda mantenerse saludable e independiente!

Si tiene dificultades para pagar los medicamentos:

Haga el pedido por correo.	La mayoría de los miembros de SCAN pagan \$0 por los medicamentos del Nivel 1 y Nivel 2 si los solicitan a través del pedido por correo de la farmacia Express Scripts®. El envío es gratuito y, como los medicamentos llegan directamente a su hogar, hará menos viajes a la farmacia. Para comenzar, llame a un especialista en inscripción personal de Express Scripts al 1-877-842-9792 (TTY: 711).
Acuda a una farmacia preferida.*	La mayoría de los miembros de SCAN pagan \$0 por los medicamentos del Nivel 1 y Nivel 2 cuando obtienen los medicamentos en las farmacias preferidas de SCAN. Estas son farmacias minoristas dentro de la red de SCAN que ofrecen copagos aún más bajos que las farmacias minoristas estándar para muchos medicamentos. Para encontrar una farmacia preferida, ingrese en scanhealthplan.com/pharmacy (haga clic en la casilla "Farmacias preferidas" [Preferred pharmacies]) o llame a Servicios para Miembros de SCAN (el número se encuentra al dorso de su tarjeta de identificación de SCAN).
Cambie a un suministro para 3 meses (hasta 100 días).	Muchos planes de SCAN ofrecen descuentos con el suministro para 3 meses en la mayoría de los medicamentos y en la mayoría de las farmacias. Hable con su farmacéutico o médico acerca de esta opción.
Elija una alternativa de menor costo.	Hable con su médico/a acerca de cambiar a una opción de menor costo. Puede que no tenga los mismos ingredientes, pero puede funcionar igual de bien. Por lo general, cuanto más alto sea el nivel, mayor será su copago, con una gran excepción: ¡Nivel 6! Según su plan de SCAN, pagará \$0 u \$11 por un suministro de 30 días de un medicamento de Nivel 6.† Los medicamentos de Nivel 6 incluyen Eliquis, Xarelto, Entresto, Jardiance, Farxiga, Januvia, Tradjenta y muchos otros. Para obtener más información, consulte el Formulario de SCAN en scanhealthplan.com/findadrug .
Reciba Ayuda Adicional.	Puede calificar para el programa de Ayuda Adicional de Medicare para pagar los costos de los medicamentos con receta. La Ayuda Adicional podría cubrir casi todos los costos de sus medicamentos. Para saber si es elegible para la Ayuda Adicional, llame a My Advocate™ al 1-866-866-1785 .

Si tiene efectos secundarios negativos debido al medicamento:

Hable con su médico.	A veces, tomar el medicamento de cierta manera, por ejemplo, con alimentos, puede disminuir los efectos secundarios. También puede haber otros medicamentos que funcionen igual de bien, pero con menos efectos secundarios o sin ellos. Hable con su médico o farmacéutico sobre sus opciones.
-----------------------------	---

* Miembros de SCAN MyChoice (HMO), SCAN Strive (HMO C-SNP), SCAN Connections (HMO D-SNP) y SCAN Connections at Home (HMO D-SNP), así como de los planes de SCAN en New Mexico: Pagan los mismos copagos en cualquiera de las farmacias de la red de SCAN.

† El copago puede variar según el plan/condado y puede cambiar durante la etapa de interrupción en la cobertura. La lista de medicamentos está sujeta a cambios.

Consejos útiles para tomar sus medicamentos (cont.)

Si cree que ya no necesita tomar un medicamento:

Hable con su médico.

Si el medicamento está funcionando, es posible que sienta que los síntomas han desaparecido o que se siente igual. Eso no significa que deba dejar de tomar los medicamentos. Continúe tomándolos según lo indicado y hable con su médico sobre las inquietudes que tenga.

Si tiene dudas sobre cómo tomar sus medicamentos:

Hable con su médico o farmacéutico.

Revise los medicamentos con su médico o farmacéutico. Ellos pueden responder cualquier pregunta que tenga sobre los medicamentos.

Si a veces olvida tomar los medicamentos:

Cree una rutina.

Trate de tomar los medicamentos a la misma hora y en el mismo lugar todos los días. Por ejemplo, si toma un medicamento a primera hora de la mañana, colóquelo junto al cepillo de dientes la noche anterior.

Use un pastillero.

Los pastilleros son una excelente manera de organizar los medicamentos por día o semana. Haga una lista de verificación de los medicamentos para saber cuándo es el momento de tomar los medicamentos.

Inscríbase en un programa de recordatorio.

Muchas farmacias tienen un programa de recordatorio. Es posible que su farmacia tenga recordatorios de los resurtidos o un programa de resurtido automático. Las alertas se envían cuando es necesario surtir una receta o cuando está todo listo para retirar. Regístrese en su farmacia.

Establezca recordatorios.

Programe una alarma o un reloj para que le avise que debe tomar un medicamento. Si tiene un teléfono inteligente, puede configurar un temporizador o usar una aplicación de recordatorio. También puede dejarse recordatorios, como una nota en el espejo del baño o en el refrigerador.

Programe los resurtidos de los medicamentos al mismo tiempo.

Muchas farmacias pueden programar los resurtidos de los medicamentos para que estén listos para retirarlos al mismo tiempo. Hable con su farmacéutico sobre cómo hacerlo.

Si tiene dificultades para llegar a la farmacia:

Cambie a un suministro para 3 meses (hasta 100 días).

Tener un suministro para 3 meses significa que deberá hacer menos viajes a la farmacia.

Use el servicio de entrega a domicilio.

Recibir los medicamentos a través del pedido por correo de la farmacia Express Scripts significa que deberá hacer menos viajes a la farmacia. Para comenzar, llame a un especialista en inscripción personal de Express Scripts al 1-877-842-9792 (TTY: 711).

Programe los resurtidos de los medicamentos al mismo tiempo.

Muchas farmacias pueden programar los resurtidos de los medicamentos para que estén listos para retirarlos al mismo tiempo. Hable con su farmacéutico sobre cómo hacerlo.

Hay otras farmacias disponibles en la red de SCAN.