

KNOW WHERE TO GO

When your doctor is not available and you need medical care, it's good to know your options. You'll save time and money while getting the right care at the right place!

Learn more at
[BlueCrossNC.com/KnowTheOptions](https://www.bluecrossnc.com/KnowTheOptions)

YOUR OPTIONS

Teladoc® (Telehealth) Visit [Teladoc.com](https://www.teladoc.com)

- Get a video consult with a doctor 24/7
- Convenient for minor health issues

Retail Clinic (such as MinuteClinic®)

- Basic care from a nurse practitioner for anyone over 18 months old
- Can walk in without an appointment
- Often open after 5 p.m. and on weekends

Urgent Care Center

- Fast care from a doctor, nurse practitioner or physician assistant
- Can walk in without an appointment
- Often open after 5 p.m. and on weekends
- X-rays and lab services often available

Emergency Room

- Care for severe emergencies
- Available 24/7

	Minor Health Issues (examples)	Moderate Health Issues (examples)	Life-Threatening Emergencies (examples)
WHERE TO GO	<ul style="list-style-type: none"> • Sore or strep throat • Minor fevers • Allergy symptoms • Cough, colds & flu • Nasal congestion • Skin issues (rashes, ringworm) • Pink eye • Insect bites • Minor burns, cuts & sprains 	<ul style="list-style-type: none"> • Migraines • Vomiting & diarrhea • Fevers • Asthma attacks (mild to moderate) • Severe cough • Eye irritation • Minor reactions to medications (itchiness, skin rash, hives) • Animal bites • Wounds requiring stitches 	<ul style="list-style-type: none"> • Chest pain • Severe trouble breathing • Suddenly not able to speak, see, walk or move • Suddenly weak or drooping on one side of the body • Pain in the arm or jaw • Severe abdominal pain • Coughing or throwing up blood • Heavy bleeding • Severe burns • Head trauma • Major broken bones • Seizures or convulsions
	<p>Teladoc (Teladoc.com)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Average wait time:¹ 36 minutes • Average cost:² \$55 (varies by plan) 		
	<p>Retail Clinic</p> <ul style="list-style-type: none"> • Average wait time:¹ Less than 10 minutes (15-20 minutes total visit) • Average member cost:^{2,3} \$3 (varies by plan) 		
	<p>Urgent Care Center</p> <ul style="list-style-type: none"> • Average wait time:¹ 30 minutes (60 minutes total visit) • Average member cost:^{2,3} \$37 (varies by plan) 		
<p>For more information about Behavioral Health support, go to BlueCrossNC.com/BH</p>			

¹ Sources for average wait time: Health Line Blue — "N24_Usage Report Q3 2020." Health Line Blue. Teladoc — TeladocBCBSNC_ASO_1_May_2020_Utilization_Report. Teladoc. (Information is reflective of only January-May 2020.) Retail Clinic — "CCA Industry Overview_2020" 2020. Convenience Care Association. Urgent Care Center — "2019 Benchmarking Report Summary." Urgent Care Association of America. Online: www.ucaa.org/page/UCBenchmarking (Accessed November 2020). Emergency Room — National Hospital Ambulatory Medical Center Survey, 2019 Emergency Department Summary Tables. www.cdc.gov/nchs/data/ahcscs/web_tables/2019-rhams-ed-web-tables-508.pdf.

² Sources for average total visit time: Health Line Blue — "N24_Usage Report Q3 2020." Health Line Blue. Teladoc — Teladoc, Telehealth Utilization Report, May 2020. Retail Clinic — "CCA Industry Overview_2020" 2020. Convenience Care Association. "CCA Industry Overview_2020." Intended length of time of visits in the industry of retail health clinics. Urgent Care Center — "2019 Benchmarking Report Summary." Urgent Care Association of America. Online: www.ucaa.org/page/UCBenchmarking (Accessed November 2020). Emergency Room — Average for emergency departments in North Carolina. Online: projects.propublica.org/emergency/ (Accessed November 2020).

³ Costs vary by plan. Showing average cost to Blue Cross and Blue Shield of North Carolina (Blue Cross NC) members across commercial group plans. Based on Blue Cross NC internal data for 12 months ending December 2021. Emergency room costs include both facility and professional charges — and combine copayment, deductible and coinsurance.

Teladoc is an independent company that is solely responsible for the telehealth services it is providing. Teladoc does not offer Blue Cross or Blue Shield products or services. Teladoc interactive consultations are available 24 hours a day, 7 days a week. Telehealth services are subject to the terms and conditions of the member's health plan, including benefits, limitations and exclusions. Telehealth services are not a substitute for emergency care. Teladoc does not replace your primary care doctor and is not an insurance product. Teladoc is subject to state regulations. Teladoc does not prescribe DEA-controlled substances and may not prescribe nontherapeutic drugs and certain other drugs which may be harmful because of their potential for abuse. Teladoc does not guarantee patients will receive a prescription. Health care professionals using the platform have the right to deny care if, based on professional judgment, a case is inappropriate for telehealth or for misuse of services. Teladoc and the Teladoc logo are registered trademarks of Teladoc, Inc. and may not be used without written permission. For complete terms of use, visit member.teladoc.com/terms/terms_of_use.

The information provided has been put together for your convenience from many health resources. The information should not be viewed as medical advice from Blue Cross NC. If you have any questions about your medical condition or any drugs, treatment plans or new symptoms — consult your doctor.

MinuteClinic is not affiliated with, and does not offer Blue Cross and Blue Shield products or services. BLUE CROSS®, BLUE SHIELD®, the Cross and Shield symbols, and service marks are marks of the Blue Cross and Blue Shield Association, an independent licensee of independent Blue Cross and Blue Shield plans. All other trade names are the property of their respective owners. Blue Cross NC is an independent licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association. U152281_spe_2/23

SEPA DÓNDE ACUDIR

Quando su médico no está disponible y usted necesita atención médica, es bueno conocer sus opciones. Ahorrará tiempo y dinero a la vez que obtiene la atención adecuada en el lugar adecuado.

Aprenda más en
BlueCrossNC.com/KnowTheOptions

SUS OPCIONES

Teladoc® (Telehealth) Visite Teladoc.com

- Obtenga una consulta por video con un médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana
- Conveniente para problemas de salud menores

Centros de consulta rápida (como MinuteClinic™)






- Atención básica de profesional en enfermería para cualquier persona mayor de 18 meses de edad
- Disponible sin cita previa
- Con frecuencia atienden pacientes después de las 5 p.m. y durante los fines de semana

Centros de atención de urgencias

- Atención médica inmediata de un doctor, profesional en enfermería o asistente médico
- Disponible sin cita previa
- Con frecuencia atienden pacientes después de las 5 p.m. y durante los fines de semana
- Servicios de laboratorio y radiografías disponibles

Sala de emergencias

- Atención para situaciones graves
- Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana

	Problemas de salud leves (ejemplos)	Problemas de salud moderados (ejemplos)	Emergencias que ponen en riesgo la vida (ejemplos)
A DÓNDE IR	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor o infección en la garganta • Fiebres leves • Síntomas de alergia • Tos, resfriado y gripe • Congestión nasal • Problemas en la piel (sarpullido, tiña) • Conjuntivitis • Picada de insectos • Quemaduras, cortadas y torceduras leves 	<ul style="list-style-type: none"> • Migrañas • Vómitos y diarrea • Fiebres • Ataques de asma (leve a moderado) • Tos severa • Irritación en los ojos • Reacciones leves a medicamentos (picação, sarpullido y urticaria) • Mordedura de animales • Heridas que necesitan puntos de sutura 	<ul style="list-style-type: none"> • Dolor en el pecho • Problemas graves para respirar • Pérdida repentina del habla, de la visión, o dificultad para caminar o moverse • Debilidad o caída de un lado del cuerpo • Dolor del brazo o de la mandíbula • Dolores de estómago fuertes • Tos o vómitos con sangre • Hemorragias • Quemaduras graves • Traumatismo craneal • Fracturas graves • Ataques y convulsiones
	<p>Teladoc (Teladoc.com)</p> <p> Tiempo promedio de espera:¹ 36 minutos</p> <p> Costo promedio para el afiliado:² \$55 menos (cambia de acuerdo al plan)</p>		
	<p>Centro de consulta rápida</p> <p> Tiempo promedio de espera:¹ menos de 10 (15-20 minutos por consulta total¹)</p> <p> Costo promedio para el afiliado:^{2,3} \$3 (cambia de acuerdo al plan)</p>		
	<p>Centro de atención de urgencias</p> <p> Tiempo promedio de espera:¹ 30 minutos (60 minutos consulta total)</p> <p> Costo promedio para el afiliado:^{2,3} \$37 (cambia de acuerdo al plan)</p>		<p>Sala de emergencias</p> <p> Tiempo total de la consulta:¹ menos de 2 horas (2 horas 35 minutos consulta total)</p> <p> Costo promedio para el afiliado:³ \$442 (cambia de acuerdo al plan)</p>

Para obtener más información sobre la salud del comportamiento visite BlueCrossNC.com/BH

1 Fuentes para el tiempo de espera promedio: Health Line Blue: "N24_Usage Report Q3 2020". Health Line Blue. Teladoc — TeladocBCBSNC_ASO_1_May_2020_Utilization_Report_Teladoc. (La información refleja solo de enero a mayo de 2020.) Clínica minorista: "CCA IndustryOverview_2020" 2020. Asociación de atención de conveniencia. Centro de atención de urgencia: "Resumen del informe de evaluación comparativa de 2019". Asociación de Cuidado Urgente de América. En línea: www.ucaoa.org/page/UCBenchmarking (Consultado en noviembre de 2020). Sala de Emergencia — Centro Médico Ambulatorio del Hospital Nacional Encuesta: Tablas de resumen del departamento de emergencias de 2019. www.cdc.gov/nchs/data/nhamcs/web_tables/2019-nhamcs-ed-web-tables-508.pdf.

2 Fuentes para el tiempo promedio total de consulta: Health Line Blue: "N24_Usage Report Q3 2020". Health Line Blue. Teladoc — Teladoc, Informe de utilización de telesalud, mayo de 2020. Clínica minorista — "CCA IndustryOverview_2020" 2020. Asociación de atención de conveniencia. "CCA_Industry-Overview_2020". Duración prevista de las consultas en la industria de las clínicas de salud minoristas. Centro de Atención de Urgencias — "Evaluación comparativa de 2019 Resumen del informe". Asociación de Atención de Urgencias de América. En línea: www.ucaoa.org/page/UCBenchmarking (Consultado en noviembre de 2020). Sala de Emergencias — Promedio para emergencias departamentos de Carolina del Norte. En línea: projects.propublica.org/emergency/ (Consultado en noviembre de 2020).

3 Los costos varían según el plan. Muestra el costo promedio para los miembros de Blue Cross and Blue Shield of North Carolina (Blue Cross NC) en todos los planes de grupos comerciales. Basado en datos internos de Blue Cross NC para 12 meses que finalizan en diciembre de 2021. Los costos de la sala de emergencias incluyen los cargos del centro y los profesionales, y combinan el copago, el deducible y el coseguro.

Teladoc es una empresa independiente que es la única responsable de los servicios de telesalud que proporciona. Teladoc no ofrece productos o servicios de Blue Cross o Blue Shield. Las consultas interactivas de Teladoc están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Los servicios de telesalud están sujetos a los términos y condiciones del plan de seguro médico del afiliado, incluidos los beneficios, limitaciones y exclusiones. Los servicios de telesalud no sustituyen a la atención de emergencia. Teladoc no sustituye a su médico de atención primaria y no es un producto de seguro. Teladoc está sujeto a la normativa estatal. Teladoc no prescribe sustancias controladas por la DEA y no puede prescribir medicamentos no terapéuticos y algunos otros medicamentos que pueden ser perjudiciales por su potencial de abuso. Teladoc no garantiza que los pacientes reciban una receta médica. Los profesionales de la salud que utilicen la plataforma tienen derecho a denegar la atención si, basándose en su criterio profesional, un caso es inadecuado para la telesalud o para el uso indebido de los servicios. Teladoc y el logotipo de Teladoc son marcas registradas de Teladoc, Inc. y no pueden utilizarse sin autorización por escrito. Para consultar las condiciones de uso completas, visite member.teladoc.com/terms_of_use.

La información proporcionada ha sido recopilada para su conveniencia de muchos recursos de salud. La información no debe considerarse un consejo médico de Blue Cross NC. Si tiene alguna pregunta sobre su afección médica o sobre medicamentos, planes de tratamiento o nuevos síntomas, consulte a su médico. MinuteClinic no está afiliado con, y no ofrece productos o servicios de Blue Cross and Blue Shield.

BLUE CROSS®, BLUE SHIELD®, los símbolos como la cruz y el escudo y las marcas de servicio son marcas de Blue Cross and Blue Shield Association, una asociación de planes independientes de Blue Cross and Blue Shield. Otras marcas y nombres comerciales son propiedad de sus respectivos dueños. Blue Cross NC es un concesionario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association. U152281_spe_2/23