Protéjase a usted mismo y a los demás vacunándose

Puede visitar a un médico o farmacia de la red para recibir vacunas de protección contra enfermedades como la gripe, el COVID-19, la neumonía y otras sin costo algunopara usted.

Recomendación de la vacuna contra la influenza: Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomienda vacunarse contra la influenza anualmente durante septiembre y octubre para todas las personas mayores de 6 meses, con raras excepciones. La vacunación contra la influenza puede reducir las enfermedades de la influenza, las visitas al médico y la falta de trabajo y escuela; también puede prevenir hospitalizaciones y muertes.

Las vacunas son particularmente importantes para las personas con alto riesgo de complicaciones graves por la influenza, incluidas las personas embarazadas y las personas con ciertas afecciones crónicas.

Las personas mayores de 65 años deben recibir una vacuna contra la influenza de dosis más alta, como Fluzone High Dose Quadrivalent, Flublok Quadrivalent o Fluad Quadrivalent, en lugar de vacunas de dosis estándar. Más información disponible en cdc.gov/flu/highrisk/index.htm.

Recomendación de la vacuna COVID-19: Incluso si ya ha tenido COVID-19, sigue siendo fundamental vacunarse para aumentar su inmunidad para protegerse contra las cepas más nuevas del virus.

Los CDC recomiendan al menos una vacuna Pfizer-BioNTech, Moderna o Novavax COVID-19 actualizada para todas las personas mayores de 6 años. Las personas de 65 años o más, y aquellas que están moderadamente o severamente inmunocomprometidos, pueden recibir una o más dosis adicionales. Los niños de 6 meses a 4 años pueden necesitar varias dosis para estar al día, dependiendo de su edad y el número de dosis que hayan recibido previamente.

Los CDC emiten recomendaciones actualizadas sobre el COVID-19 con regularidad. La mejor fuente de información actualizada es cdc.gov/covid/vaccines/stay-up-to-date.html.

ASURIS NORTHWEST HEALTH

Estamos aquí para ayudar

Las vacunas de la gripe, COVID-19 y de neumonía y más son cubiertas al 100% cuando utiliza a un proveedor dentro de la red. Puede obtener sus vacunas en:

- Su proveedor de atención primaria
- Cualquier consultorio médico o farmacia dentro de la red
- Cualquier proveedor contratado, incluyendo las clínicas patrocinadas por el empleador

Busque un médico en **asuris.com** o en la aplicación Asuris. También puede llamar a Servicio al Cliente al número detrás de su tarjeta de identificación del miembro para obtener ayuda para localizar un proveedor o una farmacia cercana.

Si utiliza a un proveedor fuera de la red, puede que tenga que pagar por adelantado. Para un reembolso, deberá presentar su reclamo detallado iniciando sesión en su cuenta de **asuris.com**. Procesaremos el reclamo de acuerdo a sus beneficios; es posible que se aplique un deducible o copago.

Vacunas cubiertas

Junto con las vacunas anuales contra la gripe y el COVID-19, los CDC recomiendan vacunas adicionales para adultos, infantes y jóvenes. Para obtener la lista completa de vacunas cubiertas por los planes Asuris, visite asuris.com/member/members/preventive-care-list#Vaccinations.

Neumonía: Los CDC recomiendan la vacunación como protección contra la neumonía, una infección bacteriana que puede desarrollarse a causa de la gripe, el COVID-19 y los resfriados comunes, para todos los adultos de 65 años o más, los infantes y los niños que no se vacunaron contra la neumonía durante sus primeros dos años. Hable con su médico o farmacéutico sobre lo que es mejor para usted.

La vacuna contra el virus respiratorio sincitial (VRS): El virus respiratorio sincitial (VRS) es una enfermedad altamente transmisible que puede causar grave enfermedad y la muerte en adultos mayores y niños pequeños. Los CDC han aprobado una vacuna contra el VRS para adultos mayores de 75 o adultos de 60-74 años que están en alto peligro. Para infantes y niños pequeños de hasta 19 meses, los CDC recomiendan recibir protección de una vacuna contra el VRS materna administrada durante el embarazo o directamente un anticuerpo contra el VRS. Pregúntele a su médico o farmacéutico sobre la disponibilidad.

Ayude a prevenir la propagación de enfermedades

Para reducir la propagación de la enfermedad, siga las directrices de seguridad federales y estatales actuales. Tome estos pasos para protegerse a usted mismo y a otros: Permanecer en casa y lejos de otros cuando esté enfermo, cubra su tos y sus estornudos, mantener las manos y superficies limpias y mejorar la calidad del aire aumentando el flujo de aire. También puede considerar usar una mascarilla cuando esté enfermo.

¿Desea obtener más información sobre otros cuidados preventivos disponibles para usted?

Consulte nuestra guía de atención preventiva en asuris.com/member/members/preventive-care-list.

ASURIS NORTHWEST HEALTH

Asuris Northwest Health
528 East Spokane Falls Boulevard, Suite 301
Spokane, WA 99202

ANH-170380-24/09 Employee-SP
© 2024 Asuris Northwest Health

Asuris complies with applicable Federal and Washington state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity or sexual orientation. ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-232-8229 (TTY: 711). 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-232-8229 (TTY: 711).