



Take Medications the Right Way

MEDICATION ADHERENCE IS A KEY TO GOOD HEALTH

Why take your medications?

Adherence, or taking your medications as directed by your doctor, is a key to your health. Taking your medication as prescribed can help:

- Lower your risk of going to the hospital.
- Increase your chances of living longer and healthier.
- Prevent issues such as kidney failure or blindness if you have diabetes.
- Lower your risk of stroke or heart attack if you have blood pressure or cholesterol issues.

Ask your pharmacist how to...

- Lower the cost of your medicines.
- Know what your medicines do for you.
- Give you tips to remember to take your medicines.
- Take your medicines.

Reduce trips to the pharmacy

- Ask your doctor for 90-day supplies of your medicine.¹
- Sign up for our mail order pharmacy.



Questions?

Call Member Services at the number listed on your member ID card.

Tips to stay healthy

- Mark your calendar with reminders to call in your next refill so you won't run out.
- Take your medication as directed by your doctor.
- Use a pill box.
- Keep a checklist of all your medicines and when to take them.



¹Some plans limit 90-day supplies to maintenance medications received through mail order. See your plan's Evidence of Coverage for details.

This flyer is not meant to give you medical advice. Always talk to your doctor before you change drugs. Health Net of California, Inc. is a subsidiary of Health Net, LLC and Centene Corporation. Health Net is a registered service mark of Health Net, LLC. All rights reserved.

Tome los Medicamentos de Manera Correcta

EL CUMPLIMIENTO CON LOS MEDICAMENTOS ES CLAVE PARA UNA BUENA SALUD

¿Por qué debe tomar sus medicamentos?

El cumplimiento, es decir, tomar sus medicamentos según las indicaciones de su médico, es clave para su salud. Tomar sus medicamentos según lo recetado puede ayudar a:

- Reducir su riesgo de ir al hospital.
- Aumentar sus probabilidades de tener una vida más larga y más saludable.
- Prevenir problemas tales como insuficiencia renal o ceguera si padece diabetes.
- Reducir su riesgo de derrame cerebral o ataque cardíaco si tiene problemas de presión arterial o colesterol.

Pida a su farmacéutico que...

- Le indique cómo reducir el costo de sus medicamentos.
- Le enseñe qué hacen los medicamentos por usted.
- Le dé sugerencias para acordarse de tomar sus medicamentos.
- Le explique cómo tomar sus medicamentos.

Reduzca los viajes a la farmacia

- Pida a su médico suministros de 90 días de sus medicamentos.¹
- Inscríbase en nuestro servicio de farmacia de compra por correo.



¿Tiene preguntas?

Llame al Departamento de Servicios al Afiliado al número que aparece en su tarjeta de identificación de afiliado.

Sugerencias para mantenerse saludable

- Marque su calendario con recordatorios a fin de llamar para solicitar su próximo resurtido de manera que no se le agoten los medicamentos.
- Tome sus medicamentos según las indicaciones de su médico.
- Use un pastillero.
- Lleve una lista de verificación de todos sus medicamentos y cuándo debe tomarlos.



¹Algunos planes limitan los suministros de 90 días a los medicamentos de mantenimiento recibidos a través de la compra por correo. Consulte la Evidencia de Cobertura de su plan para obtener detalles.

Este folleto no tiene como objetivo brindarle consejo médico. Siempre consulte a su médico antes de cambiar de medicamento. Health Net of California, Inc. es una subsidiaria de Health Net, LLC y Centene Corporation. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todos los derechos reservados.