



MedStar Family
Choice

MedStar Family Choice knows you may be concerned about the **Coronavirus (COVID-19)** and how it might affect you or your family.

As a MedStar Family Choice member you are able to speak with a medical professional via video from the comfort of your home by using MedStar eVisit. This benefit is available at no cost to you.

Our MedStar eVisit providers are available to screen for COVID-19 risk, answer your questions, and help you with what to do if you've been exposed to COVID-19.



There are steps you can take to stop the spread of respiratory diseases like COVID-19 or the flu. The Center for Disease Control and Prevention (CDC) recommends:

- Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds, especially after going to the bathroom; before eating; and after blowing your nose, coughing, or sneezing. If soap and water are not readily available, use an alcohol-based hand sanitizer with at least 60% alcohol. Always wash hands with soap and water if hands are visibly dirty.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth with unwashed hands.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Stay home when you are not feeling well.
- Cover your cough or sneeze with a tissue, then throw the tissue in the trash.
- Clean and disinfect frequently touched objects and surfaces using a regular household cleaning spray or wipe.

Also, don't delay getting care because you are concerned about being exposed to others that are sick. If you are not feeling well, MedStar eVisit is a convenient no-cost way for MedStar Family Choice members to speak with a medical provider without leaving home.

To schedule an eVisit, download the MedStar eVisit app or visit medstarhealth.org/evisit.

To learn more about the coronavirus, visit medstarhealth.org/mhs/about-medstar/covid-19-information/.





MedStar Family
Choice

MedStar Family Choice sabe que puede estar preocupado por el **Coronavirus (COVID-19)** y cómo podría afectarlo a usted o a su familia.

Como miembro de MedStar Family Choice, puede hablar con un profesional médico a través de video desde la comodidad de su hogar utilizando MedStar eVisit. Este beneficio está disponible sin costo para usted.

Nuestros proveedores de MedStar eVisit están disponibles para detectar el riesgo de COVID-19, responder sus preguntas y ayudarlo con lo que debe hacer si ha estado expuesto al COVID-19.



Hay pasos que puede tomar para detener la propagación de enfermedades respiratorias como COVID-19 o la gripe. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomienda:

- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol. Siempre lávese las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Evite el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Quédese en casa cuando no se sienta bien.
- Cúbrase la boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia con un aerosol o toallita de limpieza de uso doméstico.

Además, no demore en buscar atención médica porque le preocupa estar expuesto a personas enfermas. Si no se siente bien. MedStar eVisit es una forma conveniente y gratuita para que los miembros de MedStar Family Choice hablen con un proveedor médico sin salir de casa.

Para programar una eVisit, descargue la aplicación MedStar eVisit o visite la página [medstarhealth.org/evisit](https://www.medstarhealth.org/evisit).

Para obtener más información sobre el coronavirus, visite [medstarhealth.org/mhs/about-medstar/covid-19-information/](https://www.medstarhealth.org/mhs/about-medstar/covid-19-information/).

