



May 2021

Dear Community Supporter,

As we head into the busy summer season, we hope you and your family are doing well and thriving during what is hopefully a significant slowing of the spread of the COVID-19 virus nationally. While many in our community have been vaccinated already, some have not, and we'd like to take this opportunity to encourage everyone to do so.

This pandemic is a once in a hundred year public health crisis, and widespread vaccination is the most important strategic path to herd immunity and stopping the pandemic in its tracks. If you haven't been vaccinated yet, we hope you'll learn more about the quality of the vaccines and their benefits, as vaccinated people are much less likely to be infected and spread COVID-19 to others. By getting vaccinated, you're protecting yourself, your loved ones and your community. Please visit our website, tfhd.com, to find out how to make an appointment, as the vaccines are now in good supply throughout our region.

It's also a good time to remind everyone that if you've been putting off a visit to your primary health care physician for a check-up, or have any health care concerns that may need to be addressed, please don't wait. While the pandemic isn't over yet and we'll likely be dealing with it for several more months, we want to assure you that it's not risky to seek medical care at Tahoe Forest Health System if you need it.

The mainstream media and Centers for Disease Control (CDC) have widely reported that an estimated 40% of US adults have avoided seeking medical care during the pandemic because of concerns about COVID-19. This includes visits for routine or emergency care, and for serious or chronic health conditions such as high blood pressure, stroke care or even appendicitis.

Delaying treatable and preventable health conditions may be more dangerous than the COVID-19 virus itself, and some concerns may warrant an in-person trip to see your physician for needed medical care. Please call our central scheduling line at (530) 582-6205 to make an appointment if you've been putting it off. Our clinics are open and safe, and we're following all COVID prevention protocols recommended by the CDC.

While you're there, I'd like to remind you to set up a *MyChart* (electronic health record) account through your provider office. *MyChart* is a secure, easy to use website that gives you exclusive access to your health information. You can view your test results, health summary, immunizations, as well as access other services such as prescription renewals and communicating with your health care team. This is a free service, and electronic methods to manage your health care are more common than ever. This is a convenient and important tool that we hope you'll take advantage of.

For the latest Health System updates on new physicians, services, events and wellness programs, please keep in touch with us on Facebook, Instagram, Twitter or through our website, www.tfhd.com.

As always, I'm always open to your feedback about any topic, and you can reach me via email at info@tfhd.com. Your health is our number one priority.

Wishing you and your family a happy, healthy summer!

With warmest regards,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Harry Weis".

Harry Weis
President & CEO
Tahoe Forest Health System



Mayo de 2021

Estimado apoyo de la comunidad:

A medida que nos acercamos a la concurrida temporada de verano, esperamos que usted y su familia se encuentren muy bien durante lo que ojalá sea un retroceso importante de la propagación del virus del COVID-19 a nivel nacional. Aunque muchos en nuestra comunidad ya se han vacunado, algunos no lo han hecho, y nos gustaría aprovechar esta oportunidad para alentar a todos a que lo hagan.

Esta pandemia es una crisis de salud que ocurre una vez cada 100 años, y la vacunación generalizada es el camino estratégico más importante hacia la inmunidad de rebaño y para detener la pandemia. Si todavía no se vacunó, esperamos que obtenga más información sobre la calidad de las vacunas y sus beneficios, ya que las personas vacunadas tienen una probabilidad mucho más baja de infectarse y propagar el COVID-19 a otros. Al vacunarse, se protege a sí mismo, a sus seres queridos y a su comunidad. Visite nuestro sitio web, tfhd.com, para averiguar cómo hacer una cita, ya que ahora hay un buen suministro de vacunas en nuestra región.

También es un buen momento para recordar que, si ha estado posponiendo una visita a su médico de atención primaria para hacerse un control médico, o si tiene problemas de atención médica que debería abordar, no espere. Aunque la pandemia aún no ha terminado y probablemente tendremos que enfrentarla varios meses más, queremos asegurarle que no es riesgoso buscar atención médica en Tahoe Forest Health System si la necesita.

Los principales medios de comunicación y los Centros para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC) han informado que aproximadamente el 40 % de los adultos en EE. UU. ha evitado buscar atención médica durante la pandemia por preocupaciones relacionadas con el COVID-19. Esto incluye visitas de atención de rutina o de emergencia, además de personas con condiciones de salud graves o crónicas, como presión arterial alta, atención en casos de derrames cerebrales o incluso apendicitis.

Retrasar condiciones de salud que se pueden tratar y prevenir puede ser más peligroso que el propio virus del COVID-19, y algunas preocupaciones pueden justificar un viaje en persona para ver a su médico y recibir la atención médica necesaria. Llame a nuestra línea central de programación al (530) 582-6205 para hacer una cita si lo ha pospuesto. Nuestras clínicas están abiertas y son seguras; además, respetamos todos los protocolos de prevención del COVID-19 recomendados por los CDC.

Mientras está aquí, me gustaría recordarle que configure una cuenta en *MyChart* (expediente médico electrónico) a través del consultorio de su proveedor. *MyChart* es un sitio web seguro y fácil de usar que le da acceso exclusivo a su información médica. Puede ver los resultados de sus pruebas, resumen médico, vacunas, además de poder acceder a otros servicios como renovaciones de recetas y comunicarse con su equipo de atención médica. Este servicio es gratuito y los métodos electrónicos para administrar su atención médica son más importantes que nunca. Esta es una herramienta cómoda e importante que esperamos que aproveche.

Para conocer las últimas novedades de Health System sobre nuevos médicos, servicios, eventos y programas de bienestar, manténgase en contacto con nosotros en Facebook, Instagram, Twitter o a través de nuestro sitio web, www.tfhd.com.

Como siempre, agradezco sus comentarios acerca de cualquier tema, y puede comunicarse conmigo por correo electrónico, a info@tfhd.com. Su salud es nuestra principal prioridad.

¡Les deseo a usted y su familia un verano feliz y saludable!

Un saludo cordial,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Harry Weis".

Harry Weis
Presidente y CEO
Tahoe Forest Health System