

# Urgent Care Centers Centros de Urgencias Médicas

When you need immediate medical care that is not an emergency and can't get in to see your Primary Care Doctor, Urgent Care Centers can take less time than the Emergency Room. Most Urgent Care Centers are open nights and weekends at little or NO COST to you!

Cuando usted tiene un problema de salud inmediato y no puede ser atendido/a por su doctor primario, los Centros de Urgencias Médicas pueden tomar menos tiempo que una Sala de Emergencia. ¡La mayoría de Centros de Urgencias Médicas están abiertos por las noches y los fines de semana con poco o ningún COSTO para usted!

## ER Conditions:

In an emergency, call 911 or go to your nearest emergency room.

- Any life-threatening or disabling condition
- Sudden or unexplained loss of consciousness
- Chest pain, numbness in face, arm or leg; difficulty speaking
- Severe shortness of breath
- High fever with stiff neck, mental confusion or difficulty breathing
- Coughing up or vomiting blood
- Cut or wound that won't stop bleeding
- Major injuries, possible broken bones

## Condiciones de Sala de Emergencia:

En caso de una emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencia más cercana.

- Cualquier condición que amenaza la vida o un problema discapacitante
- Pérdida del conocimiento repentina o inexplicada
- Dolor en el pecho, entumecimiento de la cara, brazo o pierna; dificultad para hablar
- Falta de respiración
- Calentura alta con rigidez en el cuello, confusión mental o dificultad para respirar
- Toser o vomitar sangre
- Cortadura o herida que no deja de sangrar
- Lesiones graves, huesos que podrían estar fracturados

## Urgent Care Conditions:

- Animal Bites
- Insect Bites
- Stitches
- X-Rays
- Back Pain
- Mild Asthma
- Minor Headaches
- Sprains, Strains
- Nausea, Vomiting, Diarrhea
- Bumps, Cuts, Scrapes
- Burning with Urination
- Coughs, Sore Throat
- Ear or Sinus Pain
- Eye Swelling, Irritation, Redness or Pain
- Minor Allergic Reactions
- Minor Fevers, Colds
- Rashes, Minor Bumps
- Vaccinations

## Condiciones de Cuidado de Urgencias:

- Mordida de animales
- Picadura de insectos
- Puntadas
- Radiografías
- Dolor de espalda
- Asma
- Dolor de cabeza
- Torcedura, esguince
- Náusea, vómito, diarrea
- Golpes, cortaduras, raspaduras
- Ardor al orinar
- Tos, dolor de garganta
- Dolor del oído o del seno nasal
- Inflamación de los ojos, irritación, enrojecimiento o dolor
- Reacciones alérgicas leves
- Calentura, resfriados
- Sarpullidos, golpes menores
- Vacunas

Seaside Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

### Language Access Services:

Spanish (Español): Para obtener asistencia en Español, llame al 855-367-7747.

Tagalog (Tagalog): Kung kailangan ninyo ang tulong sa Tagalog tumawag sa 855-367-7747.

Chinese (中文): 如果需要中文的帮助, 请拨打这个号码 855-367-7747.

Navajo (Dine): Dine'ehgo shika at'ohwol ninisingo, kwijijgo holne' 855-367-7747.



### Using Urgent Care Centers

Seaside Health Plan, an affiliate of MemorialCare Health System, provides you with Urgent Care Centers in your area to serve your health care needs. Remember to call your Primary Care Doctor during regular business hours before going to an Urgent Care Center.

For the most up to date information on Urgent Care locations, please visit our website at [www.seasidehealthplan.org](http://www.seasidehealthplan.org) or call customer service toll-free at 855-367-7747.

### Usando Los Centros de Urgencias Médicas

Seaside Health Plan un afiliado del Sistema de Salud MemorialCare, le proporcionan a usted Centros de Urgencias en su área para servirle en sus necesidades médicas. Recuerde llamar a su doctor primario durante el horario normal de trabajo antes de ir a un Centro de Urgencias Médicas.

Para más información sobre ubicaciones de Centros de Urgencias, por favor visite nuestro sitio web en [www.seasidehealthplan.org](http://www.seasidehealthplan.org) o llame al número de teléfono sin costo 855-367-7747.

Seaside Health Plan  
17360 Brookhurst Street  
Fountain Valley, CA 92708

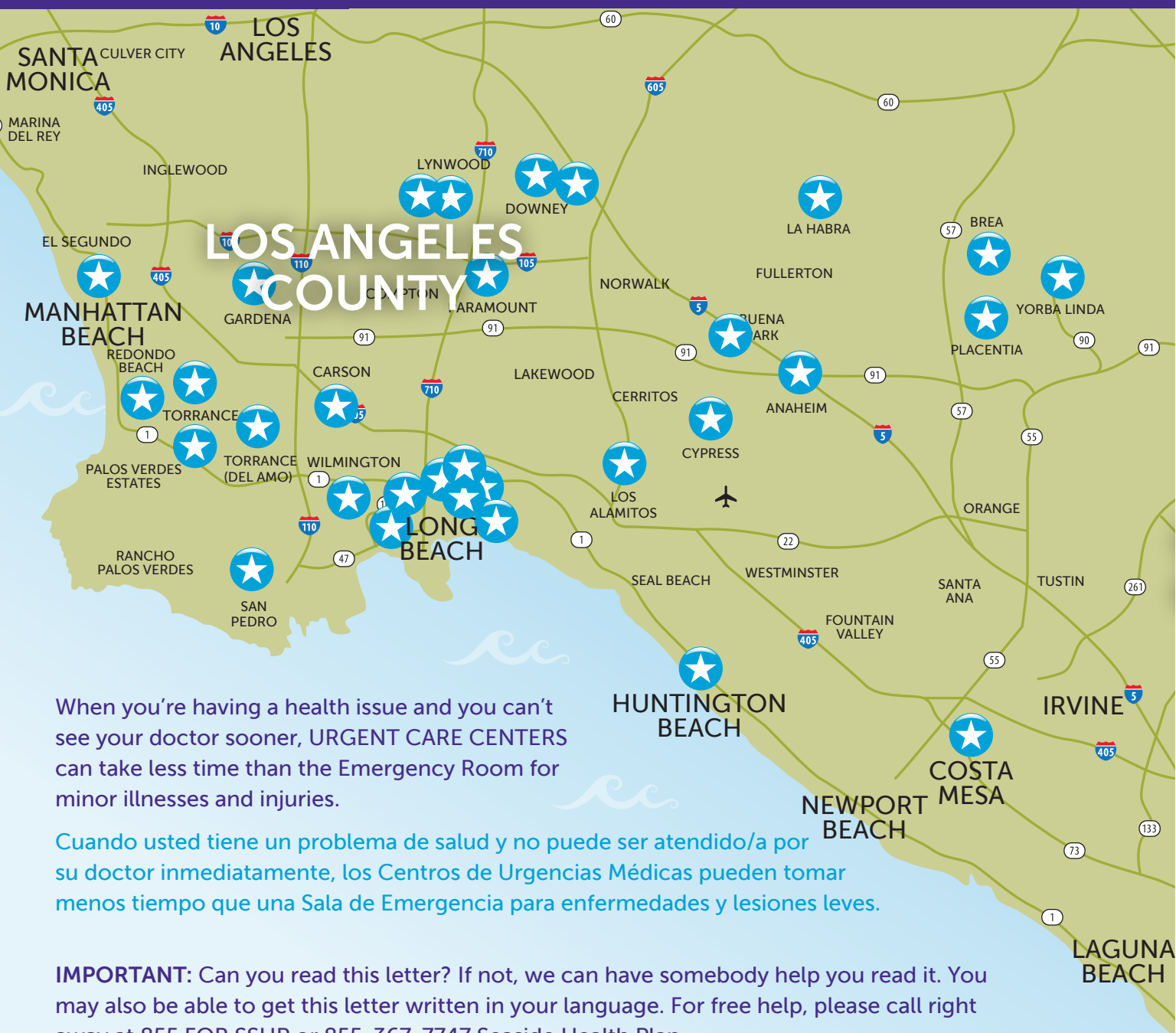


# Urgent Care Centers Centros de Urgencias Médicas

855-367-7747  
[seasidehealthplan.org](http://seasidehealthplan.org)

# Seaside Health Plan Contracted Urgent Care Centers

Centros de Urgencias Médicas contratados con el Plan de Salud Seaside



When you're having a health issue and you can't see your doctor sooner, URGENT CARE CENTERS can take less time than the Emergency Room for minor illnesses and injuries.

Cuando usted tiene un problema de salud y no puede ser atendido/a por su doctor inmediatamente, los Centros de Urgencias Médicas pueden tomar menos tiempo que una Sala de Emergencia para enfermedades y lesiones leves.

**IMPORTANT:** Can you read this letter? If not, we can have somebody help you read it. You may also be able to get this letter written in your language. For free help, please call right away at 855.FOR.SSHP or 855-367-7747 Seaside Health Plan.

**IMPORTANTE:** ¿Puede leer esta carta? Si no puede hacerlo, podemos ayudarle a leerla. También le podemos facilitar esta carta escrita en su idioma. Para obtener ayuda gratuita, llame ahora mismo al 855.FOR.SSHP o al 855-367-7747 Seaside Health Plan.

## LOS ANGELES COUNTY

**CARSON**  
**Providence Urgent Care**  
 21501 S. Avalon Blvd.  
 Carson, CA 90745  
 (310) 835-9227  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat/Sun: Closed

**CERRITOS**  
**MedPost Urgent Care**  
 13299 East South St.  
 Cerritos, CA 90703  
 (562) 865-8750  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**DOWNEY**  
**AME Medical Group**  
 8500 Florence Ave. Ste. 101  
 Downey, CA 90240  
 (562) 202-5020  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 5:00 pm  
 Sun: 10:00 am - 3:00 pm

**AME Medical Group**  
 11938 Paramount Blvd.  
 Downey, CA 90242  
 (562) 923-6060  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 5:00 pm  
 Sun: 10:00 am - 3:00 pm

**GARDENA**  
**Dusk to Dawn Urgent Care**  
 1045 W. Redondo Beach Blvd. Ste. 138  
 Gardena, CA 90247  
 (310) 323-2273  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 2:00 pm

**HUNTINGTON PARK**  
**Reliant Urgent Care**  
 5900 Pacific Ave.  
 Huntington Park, CA 90255  
 (310) 740-9867  
 M - F: 8:00 am - 10:00 pm  
 Sat/Sun: 10:00 am - 5:00 pm

**LONG BEACH**  
**AME Medical Group, Inc.**  
 3300 E. South St. Ste. 209  
 Long Beach, CA 90805  
 (562) 444-0022  
 M - F: 9:00 am - 7:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 3:00 pm  
 Sun: Closed

**Dusk to Dawn Urgent Care**  
 701 E. 28th St. Ste. 401  
 Long Beach, CA 90806  
 (562) 426-2662  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 2:00 pm

**Nair Urgent Care**  
 6553 E. Pacific Coast Hwy  
 Long Beach, CA 90803  
 (562) 596-8700  
 M - F: 7:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 8:00 am - 4:00 pm

**MedPost Urgent Care**  
 2010 East Carson St.  
 Long Beach, CA 90807  
 (562) 424-5450  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**MemorialCare Medical Group**  
 2110 N. Bellflower Blvd.  
 Long Beach, CA 90815  
 (562) 346-2222  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat, Sun & Holidays:  
 9:00 am - 5:00 pm

**Reddy Urgent Care**  
 123 Atlantic Ave.  
 Long Beach, CA 90802  
 (562) 726-1383  
 M - F: 10:00 am - 9:00 pm  
 Sat/Sun: 10:00 am - 5:00 pm

**Reddy Urgent Care**  
 4237 Atlantic Ave.  
 Long Beach, CA 90807  
 (562) 336-1656  
 M - F: 10:00 am - 9:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 5:00 pm  
 Sun: Closed

**LOS ANGELES**  
**Reliant Urgent Care**  
 5901 W. Century Blvd.  
 Los Angeles, CA 90045  
 (310) 773-0570  
 24/7

**Reliant Urgent Care**  
 814 S. Francisco St.  
 Los Angeles, CA 90017  
 (310) 597-4404  
 24/7

**LYNWOOD**  
**AME Medical Group, Inc.**  
 3625 Martin Luther King Jr. Blvd. #8  
 Lynwood, CA 90262  
 (323) 585-8876  
 M - F: 9:00 am - 6:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 3:00 pm  
 Sun: Closed

**Dusk to Dawn Urgent Care**  
 3680 E. Imperial Hwy.  
 Ste. 410  
 Lynwood, CA 90262  
 (310) 639-2220  
 M - F: 9:00 am - 9:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 2:00 pm

**MANHATTAN BEACH**  
**Providence Urgent Care**  
 1010 N. Sepulveda Blvd.  
 Manhattan Beach, CA 90266  
 (310) 376-6262  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**MONTEBELLO**  
**AME Medical Group**  
 401 W. Beverly Blvd  
 Montebello, CA 90640  
 (562) 923-6051  
 M - F: 9:00 am - 8:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 3:00 pm  
 Sun: Closed

**Reliant Urgent Care**  
 2300 W. Beverly Blvd  
 Montebello, CA 90640  
 (626) 594-9471  
 M - F: 8:00 am - 10:00 pm  
 Sat/Sun: 10:00 am - 5:00 pm

**PARAMOUNT**  
**Dusk to Dawn Urgent Care**  
 15745 Paramount Blvd.  
 Paramount, CA 90723  
 (562) 808-2273  
 M - F: 9:00 am - Midnight  
 Sat/Sun: 9:00 am - 6:00 pm

**REDONDO BEACH**  
**Providence Urgent Care**  
 520 N. Prospect Ave.  
 Ste. 102  
 Redondo Beach, CA 90277  
 (310) 318-9992  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat: 9:00 am - 5:00 pm

**SAN PEDRO**  
**Providence Urgent Care**  
 1499 W. 1st St.  
 San Pedro, CA 90732  
 (310) 241-2590  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**SANTA FE SPRINGS**  
**Reliant Urgent Care**  
 11460 Telegraph Rd.  
 Santa Fe Springs, CA 90670  
 (310) 491-7060  
 M - F: 8:00 am - 10:00 pm  
 Sat/Sun: 10:00 am - 5:00 pm

**TORRANCE**  
**Providence Urgent Care**  
 2382 Crenshaw Blvd.  
 Ste. 5  
 Torrance, CA 90501  
 (310) 618-9200  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**Providence Urgent Care**  
 21311 Madrona Ave.  
 Ste. 100-C  
 Torrance, CA 90503  
 (310) 792-4444  
 M - F: 8:00 am - 7:00 pm  
 Sat: 9:00 am - 5:00 pm

**WHITTIER**  
**AME Medical Group**  
 12472 Washington Blvd.  
 Whittier, CA 90602  
 (714) 451-2230  
 M - F: 9:00 am - 8:00 pm  
 Sat: 10:00 am - 3:00 pm  
 Sun: Closed

**WILMINGTON**  
**Wilmington Urgent Care**  
 714 N. Avalon Blvd.  
 Wilmington, CA 90744  
 (310) 522-4200  
 M - F: 9:00 am - 7:00 pm  
 Sat: 9:00 am - 5:00 pm  
 Sun: Closed

## ORANGE COUNTY

**ANAHEIM HILLS**  
**MedPost Urgent Care**  
 751 S. Weir Canyon Rd.  
 Ste. 165  
 Anaheim Hills, CA 92808  
 (714) 453-0120  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**BREA**  
**MedPost Urgent Care**  
 2415 E. Imperial Hwy.  
 Brea, CA 92821  
 (714) 255-1640  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**COSTA MESA**  
**MedPost Urgent Care**  
 3195 Harbor Blvd. Ste. 3  
 Costa Mesa, CA 92626  
 (714) 263-0227  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**CYPRESS**  
**MedPost Urgent Care**  
 10165 Valley View St.  
 Cypress, CA 90630  
 (714) 252-5016  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**HUNTINGTON BEACH**  
**MedPost Urgent Care**  
 10028 Adams Ave.  
 Huntington Beach, CA 92646  
 (714) 963-4398  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**LA HABRA**  
**MedPost Urgent Care**  
 1040 W. Imperial Hwy.  
 Ste. D  
 La Habra, CA 90631  
 (714) 451-1072  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**LOS ALAMITOS**  
**MedPost Urgent Care**  
 3851 Katella Ave. Ste. 100  
 Los Alamitos, CA 90720  
 (562) 430-4138  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**Reddy Urgent Care**  
 4288 Katella Ave.  
 Los Alamitos, CA 90720  
 (562) 296-8514  
 M - F: 10:00 am - 9:00 pm  
 Sat/Sun: 10:00 am - 5:00 pm

**PLACENTIA**  
**MedPost Urgent Care**  
 858 N. Rose Dr.  
 Placentia, CA 92870  
 (714) 792-3736  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm

**YORBA LINDA**  
**MedPost Urgent Care**  
 20635 Yorba Linda Blvd.  
 Ste. R-1  
 Yorba Linda, CA 92886  
 (714) 696-5280  
 M - F: 8:00 am - 8:00 pm  
 Sat/Sun: 9:00 am - 5:00 pm