

للاستعداد

للوصفة الطبية

قد تمنعك الكوارث من الحصول على أدويةك. اتبع هذه النصائح للتأكد من أنك على استعداد.

1. قم بإعداد ملخص شخصي لحالتك الصحية لمتابعة معلوماتك الطبية. لإعداد ملخص، قم بزيارة nyc.gov/health/healthsummary. احتفظ بنسخ منه في محفظتك وفي حقيبة الطوارئ. (تحتوي حقيبة الطوارئ على أشياء شخصية تحتاج إلى اصطحابها معك إذا اضطررت إلى الإخلاء. قم بزيارة الموقع الإلكتروني nyc.gov وابحث عن **go-bag** "حقيبة الطوارئ" لمعرفة المزيد من المعلومات.)

2. قم بعمل نسخ أو التقط صورًا لمصقات الأدوية الموصوفة لك وبطاقة التأمين الصحي وبطاقات الوصفات الطبية. احتفظ بنسخ لهذه السجلات في حقيبة الطوارئ الخاصة بك و/أو احفظ الصور على هاتفك.

3. احرص دومًا على حمل مخزون من الدواء يكفي لمدة لا تقل عن سبعة أيام. تواصل مع الصيدلية التي تتعامل معها لإعادة صرف الدواء إذا كان لديك مخزون للدواء يكفي لمدة تقل عن سبعة أيام. إذا كنت تحصل على أدويةك من خلال صيدلية تقدم خدمة البيع بالطلب البريدي ولا يمكنك إعادة صرف الدواء عن طريق البريد في حالة الطوارئ، فقم بإحضار ملصق الدواء الخاص بك أو صورة له إلى صيدلية محلية في منطقتك؛ قد يتمكن الصيدلي من مساعدتك في الحصول على مخزون محدود.

4. إذا قمت بالإخلاء، فقم بأخذ جميع أدويةك معك. ضع زجاجات أو عبوات الدواء الأصلية المزودة بملصقات والتي تحمل اسمك في حقيبة الطوارئ الخاصة بك.



لمعرفة المزيد عن كيفية الاستعداد لحالات طوارئ الصحة العامة، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني nyc.gov/health والبحث عن **emergency prep** "الاستعداد لحالات الطوارئ".

Tips for Prescription Preparedness

Disasters can prevent you from getting your medications. Follow these tips to make sure you are prepared.

1. Create a Personal Health Summary to keep track of your medical information. To create one, visit nyc.gov/health/healthsummary. Keep copies in your wallet and go-bag. (A go-bag has personal items you need to take with you if you have to evacuate. Visit nyc.gov and search **go-bag** to learn more.)

2. Make copies or take pictures of your prescription labels, health insurance card and prescription cards. Keep copies of these records in your go-bag and/or save the pictures to your phone.

3. Always have enough medication to last for at least seven days. Contact your pharmacy to get a refill if you have less than seven days' worth of medication left. If you get your medications through a mail-order pharmacy and you cannot get refills by mail in an emergency, take your medication label or a picture of the label to a local pharmacy; the pharmacist may be able to help you get a limited supply.

4. If you evacuate, take all your medications with you. Pack the original, labeled medication bottles or boxes with your name printed on them in your go-bag.



To learn more about how to prepare for public health emergencies, visit nyc.gov/health and search **emergency prep**.