

# Consigli per avere a portata di mano i tuoi farmaci soggetti a prescrizione

*Incidenti e calamità possono impedirti di prendere le tue medicine. Segui questi semplici consigli per assicurarti di essere sempre pronto per ogni evenienza.*

- 1. Crea un riepilogo della tua storia clinica personale per registrare le tue informazioni sanitarie.** Per scoprire come fare, visita il sito [nyc.gov/health/healthsummary](https://nyc.gov/health/healthsummary). Conservane una copia nel tuo portafoglio e nella tua borsa di emergenza. (La borsa di emergenza contiene gli oggetti personali da portare con sé in caso di evacuazione. Per maggiori informazioni, visita il sito [nyc.gov](https://nyc.gov) e cerca "go-bag".)
- 2. Fai fotocopie o scatta fotografie delle etichette delle tue ricette mediche, della tua assicurazione sanitaria e delle tessere per i farmaci soggetti a prescrizione.** Conserva una copia di questi documenti nella tua borsa di emergenza e/o salva le fotografie sul telefono.
- 3. Assicurati di avere a disposizione farmaci a sufficienza per almeno sette giorni.** Contatta la tua farmacia di fiducia per richiedere altre confezioni se la tua scorta non è sufficiente per almeno sette giorni. Se ricevi i tuoi farmaci per posta e non riesci a procurarti per posta altre confezioni da utilizzare in caso di emergenza, vai in una farmacia nella tua zona e chiedi aiuto al farmacista mostrando l'etichetta o una foto dell'etichetta del tuo farmaco.
- 4. In caso di evacuazione, porta con te tutti i tuoi farmaci.** Scrivi il tuo nome sulle confezioni o sui flaconi etichettati originali dei tuoi farmaci e conservali nella borsa di emergenza.



Per ulteriori informazioni su come prepararsi in caso di emergenze sanitarie pubbliche, visita il sito [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) e cerca "emergency prep".

# 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](https://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](https://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](https://nyc.gov/health) and search **emergency prep**.