

الحصول على الرعاية الطبية التي تحتاجها

على الرغم من استمرار انتشار مرض (COVID-19) في مجتمعاتنا، فمن الأمان أن تحصل على الرعاية الطبية، ما دمت تتخذ خطوات لحماية نفسك والآخرين. الآن هو الوقت المناسب للحصول على الرعاية التي ربما أجلت الحصول عليها عندما كانت مدينة نيويورك (NYC) في مرحلة الإيقاف المؤقت.

الحصول على الرعاية الطبية شيء آمن.

- تتخذ العيادات والمستشفيات خطوات للحفاظ على سلامة المرضى والموظفين. تتنوع هذه الخيارات على حسب المكان وقد تشمل تغيير المواعيد، وجعل الناس ينتظرون في الخارج حتى يحين دورهم، أو طلب تغطية الوجه، وفحص جميع المرضى للتأكد من خلوهم من أعراض مرض (COVID-19).
- معظم العيادات لديها مواعيد متاحة ومستعدة لرؤيتك أنت أو طفلك شخصياً.
- يمكن استخدام المكالمات الجماعية بالهاتف أو الفيديو إذا كانت الزيارة الشخصية غير ضرورية.

لا تتجاهل أعراضك.

- احرص على الحصول على رعاية طبية لأي أعراض جديدة، سواء كانت مرتبطة بمرض (COVID-19) أم لا.
- اتصل برقم **911** إذا كنت تعاني من حالة طبية طارئة، بما في ذلك الصعوبة في التنفس أو الصعوبة في الكلام أو ألم الصدر أو الضغط في صدر أو الشعور بالتخدير في وجهك أو ذراعك أو ساقك.

احصل على فحوصات ولقاحات صحية منتظمة.

- للكبار: تذكر أن تحصل على فحص صحي سنوي لمراقبة ضغط الدم وسكر الدم ووزن الجسم، وفحوصات لاكتشاف السرطان والحالات الأخرى في أقرب وقت ممكن، والتطعيمات الروتينية.
- للأطفال: تأكد من حصول الأطفال على زياراتهم وتطعيماتهم المجدولة.
- للجميع: احصل على التطعيم ضد الأنفلونزا في سبتمبر.
- انظر أدناه للحصول على معلومات حول مكان الحصول على التطعيمات.

كن على حذر من الحالات المزمنة.

- احصل على الرعاية المنتظمة وعبوات الدواء للحالات التي تعرضك لخطر الإصابة بمضاعفات شديدة لمرض (COVID-19) بما في ذلك مرض السكري أو السمنة أو أمراض القلب أو أمراض الرئتين.

قم بالتواصل إذا كان لديك أعراض مرض (COVID-19).

- أخبر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كان لديك أعراض خفيفة إلى معتدلة لمرض (COVID-19)، أو إذا تفاقت الأعراض. لمعرفة المزيد عن أعراض مرض (COVID-19)، تفضل بزيارة nyc.gov/health/coronavirus وابحث عن "Symptoms and What to Do When Sick" (الأعراض وما يجب فعله عند المرض).

الرعاية الصحية متاحة للجميع.

- الرعاية متاحة للجميع بغض النظر عن حالة الهجرة أو القدرة على الدفع.
- تتوفر رعاية طبية منخفضة التكلفة أو مجانية للجميع في مرافق **NYC Health + Hospitals** للرعاية الصحية.
- التأمين الصحي منخفض التكلفة متاح عن طريق **NY State of Health**. اتصل برقم 855-355-5777 أو 311 لمزيد من المعلومات.
- إذا كنت بحاجة إلى مقدم رعاية صحية، فاتصل على 844-692-4692 أو 311.
- تتوفر التطعيمات المجانية للأطفال حتى سن عامين في مرافق **NYC Health + Hospitals**. اتصل برقم 844-692-4692 لتحديد موعد.

- للعثور على مواقع أخرى في جميع أنحاء مدينة نيويورك تقدم خدمات التطعيم للأطفال والبالغين، ابحث في **NYC Health Map** (خريطة الصحة بمدينة نيويورك) أو اتصل بالرقم **311**. العديد من الصيدليات المستقلة والصيدليات ذات الفروع المتعددة أيضاً توفر التطعيمات—اتصل بالصيدليات المحلية في منطقتك للحصول على مزيد من المعلومات.
- يتوفر اختبار مرض (COVID-19) المجاني في جميع أنحاء NYC. تفضل بزيارة nyc.gov/covidtest للعثور على موقع قريب منك.

قم بدورك.

- ارتد غطاء وجه عند الذهاب إلى مكتب مقدم الرعاية الخاص بك وأثناء وجودك في عيادة الطبيب أو العيادة.
- راقب صحتك وأخبر مقدم الخدمة مقدماً إذا كانت لديك أعراض مرض (COVID-19)؛ فقد يكون لديه احتياطات إضافية.

7.8.20

قد تقوم إدارة الصحة في NYC بتغيير التوصيات مع تطور الموقف.