

Λάβετε την υγειονομική περίθαλψη που χρειάζεστε

Αν και η νόσος COVID-19 συνεχίζει να εξαπλώνεται στις κοινότητές μας, είναι ασφαλές να λάβετε υγειονομική περίθαλψη, αρκεί να λάβετε μέτρα για να προστατέψετε τον εαυτό σας και τους άλλους. Τώρα είναι καλή περίοδος να λάβετε την περίθαλψη που ενδεχομένως καθυστερούσατε όσο η Πόλη της Νέας Υόρκης (NYC) ήταν σε ΠΑΥΣΗ.

Το να λάβετε υγειονομική περίθαλψη είναι ασφαλές.

- Οι κλινικές και τα νοσοκομεία λαμβάνουν μέτρα για να διατηρήσουν την ασφάλεια των ασθενών και του προσωπικού. Τα μέτρα αυτά ποικίλουν ανάλογα με την εγκατάσταση και μπορεί να περιλαμβάνουν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα ανάμεσα στα ραντεβού, αναμονή εκτός του χώρου μέχρι την ώρα του ραντεβού, υποχρεωτική χρήση καλύμματος προσώπου και έλεγχο όλων των ασθενών για συμπτώματα της νόσου COVID-19.
- Οι περισσότερες κλινικές έχουν διαθέσιμα ραντεβού και είναι έτοιμες να υποδεχτούν εσάς ή το παιδί σας διά ζώσης.
- Μπορείτε να πραγματοποιήσετε ραντεβού μέσω τηλεφώνου ή μέσω βιντεοκλήσης, αν δεν είναι απαραίτητη η επίσκεψη διά ζώσης.

Μην αγνοείτε τα συμπτώματά σας.

- Λάβετε περίθαλψη για τυχόν νέα συμπτώματα, ανεξάρτητα με το κατά πόσο σχετίζονται με τη νόσο COVID-19.
- Καλέστε το **911** εάν έχετε επείγουσα ιατρική ανάγκη, όπως δυσκολία στην αναπνοή, δυσκολία στην ομιλία, πόνος ή πίεση στο στήθος ή μούδιασμα στο πρόσωπο, το χέρι ή το πόδι.

Κάντε τακτικές ιατρικές εξετάσεις και εμβόλια.

- Ενήλικες: Μην ξεχάσετε να κάνετε έναν ετήσιο ιατρικό έλεγχο για να ελέγχετε την αρτηριακή σας πίεση, το σάκχαρο αίματος και το σωματικό σας βάρος, κάντε ελέγχους για την όσο το δυνατόν πιο έγκαιρη ανίχνευση καρκίνων και άλλων παθήσεων, και μην αμελήσετε τακτικούς εμβολιασμούς.
- Παιδιά: Φροντίστε τα παιδιά να κάνουν τις προγραμματισμένες προληπτικές επισκέψεις στον γιατρό και τα εμβόλιά τους.
- Όλοι: Κάντε το εμβόλιο της γρίπης που ξεκινά από τον Σεπτέμβριο.
- Δείτε παρακάτω πληροφορίες για το πού μπορείτε να εμβολιαστείτε.

Φροντίστε τυχόν χρόνιες παθήσεις.

- Λαμβάνετε περίθαλψη τακτικά και ανανεώστε τα συνταγογραφημένα σας φάρμακα για παθήσεις που σας θέτουν σε κίνδυνο σοβαρών επιπλοκών από τη νόσο COVID-19, όπως ο διαβήτης, η παχυσαρκία, η καρδιοπάθεια ή η πνευμονοπάθεια.

Ζητήστε βοήθεια εάν έχετε συμπτώματα της νόσου COVID-19.

- Ενημερώστε τον πάροχο υγειονομικής σας περίθαλψης εάν έχετε ήπια έως μέτρια συμπτώματα της νόσου COVID-19 ή εάν τα συμπτώματά σας επιδεινωθούν. Για να μάθετε περισσότερα για τα συμπτώματα της νόσου COVID-19, επισκεφτείτε τη διεύθυνση nyc.gov/health/coronavirus και αναζητήστε τη φράση «Symptoms and What to Do When Sick» (Συμπτώματα και τι πρέπει να κάνω εάν αρρωστήσω).

Η υγειονομική περίθαλψη είναι διαθέσιμη σε όλους.

- Η περίθαλψη είναι διαθέσιμη ανεξαρτήτως της κατάστασης μετανάστευσης ή της δυνατότητας για πληρωμή.
- Υγειονομική περίθαλψη με χαμηλό ή μηδενικό κόστος είναι διαθέσιμη για όλους στις εγκαταστάσεις υγειονομικής περίθαλψης της NYC Health + Hospitals.
- Ασφάλιση υγείας χαμηλού κόστους είναι διαθέσιμη μέσω του NY State of Health. Καλέστε το 855-355-5777 ή το **311** για περισσότερες πληροφορίες.
- Εάν χρειάζεστε πάροχο υγειονομικής περίθαλψης, καλέστε το 844-692-4692 ή το **311**.
- Στην NYC Health + Hospitals παρέχονται δωρεάν εμβολιασμοί για παιδιά έως 2 ετών. Καλέστε το 844-692-4692 για να κλείσετε ένα ραντεβού.
- Για να βρείτε άλλες τοποθεσίες σε ολόκληρη την NYC που παρέχουν υπηρεσίες εμβολιασμού για παιδιά και ενήλικες, πραγματοποιήστε αναζήτηση στο NYC Health Map (Χάρτης υπηρεσιών υγείας της NYC) ή καλέστε το **311**. Πολλές αλυσίδες και ανεξάρτητα φαρμακεία προσφέρουν επίσης εμβόλια, καλέστε το φαρμακείο της περιοχής σας για περισσότερες πληροφορίες.
- Σε ολόκληρη την NYC διατίθενται τεστ για τη νόσο COVID-19. Επισκεφτείτε τη διεύθυνση nyc.gov/covidtest για να βρείτε μια τοποθεσία κοντά σας.

Συμβάλετε και εσείς.

- Φοράτε κάλυμμα προσώπου όταν πηγαίνετε προς το γραφείο του παρόχου σας και για όσο διάστημα βρίσκεστε στο γραφείο του ιατρού σας ή σε κάποια κλινική.
- Παρακολουθείτε την υγεία σας και ενημερώστε έγκαιρα τον πάροχό σας αν έχετε συμπτώματα της νόσου COVID-19, ενδέχεται να μπορεί να λάβει επιπλέον μέτρα προφύλαξης.

Το Τμήμα Υγείας της Πόλης της NYC ενδέχεται να αλλάξει τις συστάσεις, καθώς εξελίσσεται η κατάσταση.
7.8.20