

Kumuha ng Pangangalagang Medikal na Kailangan mo

Bagaman ang COVID-19 ay patuloy na kumakalat sa ating mga komunidad, ligtas na kumuha ng pangangalagang medikal, hangga't gumagawa ka ng mga hakbang upang maprotektahan ang sarili mo at ang iba pa. Ngayon ay isang magandang panahon upang kunin ang pangangalaga na maaaring naantala mo habang ang New York City (NYC) ay NAKAHINTO.

Ang pagkuha ng pangangalagang medikal ay ligtas.

- Ang mga klinika at ospital ay gumagawa ng mga hakbang upang mapanatiling ligtas ang kanilang mga pasyente at kawani. Nag-iiba-iba ang mga ito ayon sa kapaligiran at maaaring kasama na ang pagkarami-raming appointment, ang pagpapahintay sa mga tao sa labas hanggang sa kanila ng pagkakataon, paghiling ng pagsusuot ng mga pantakip sa mukha, at pag-screen sa lahat ng mga pasyente para sa mga sintomas ng COVID-19.
- Karamihan sa mga klinika ay may mga nakalaang appointment at handa nang makita ka o ang anak mo ng personal.
- Ang kumperensya sa telepono o video ay maaaring magamit kung ang pisikal na pagbisita ay hindi kinakailangan.

Huwag balewalain ang mga sintomas mo.

- Kumuha ng pangangalaga para sa anumang mga bagong sintomas, may kaugnayan man ito sa COVID-19 o wala.
- Tumawag sa **911** kung mayroon kang medikal na kagipitan, kabilang na ang hirap sa paghinga, hirap sa pagsasalita, sakit o presyon sa iyong dibdib, o pamamanhid sa iyong mukha, braso o binti.

Kumuha ng mga regular na pagsusuri sa kalusugan at pagbabakuna.

- Mga Adulto: Tandaan na kumuha ng taunang pagsusuri sa kalusugan upang masubaybayan ang presyon ng dugo, asukal sa dugo at bigat ng katawan, para sa mga screening upang matuklasan ang kanser at iba pang mga kondisyon nang maaga, at para sa mga nakagawiang pagbabakuna.
- Mga Bata: Siguraduhing nakuha ng mga bata ang kanilang mga nakatakdang pagbisita sa pagiging walang sakit at pagbabakuna.
- Lahat: Magpabakuna laban sa trangkaso simula sa Setyembre.
- Tingnan sa ibaba para sa impormasyon kung saan makakakuha ng mga pagbabakuna.

Alagaan ang mga malalang kondisyon.

- Kumuha ng regular na pangangalaga at mga refill ng gamot para sa mga kondisyon na ilalagay ka sa peligro ng malubhang komplikasyon mula sa COVID-19, kabilang ang diyabetis, labis na katabaan, sakit sa puso o sakit sa baga.

Magpatulong kung mayroon kang mga sintomas ng COVID-19.

- Sabihin sa tagapagkaloob ng pangangalaga sa kalusugan mo kung mayroon kang banayad sa katamtamang mga sintomas ng COVID-19, o kung mas lumala ang mga sintomas mo. Para higit pang malaman ang tungkol sa mga sintomas ng COVID-19, bisitahin ang nyc.gov/health/coronavirus at tingnan ang “Symptoms and What to Do When Sick” Mga Sintomas at Kung Ano ang Gagawin Kapag May Sakit)

Ang pangangalagang pangkalusugan ay para sa lahat.

- Ang pangangalaga ay ibibigay, anuman ang katayuang pang-imigrasyon o kakayahan sa pagbabayad.
- Ang mura o walang gastos na pangangalagang medikal ay para sa lahat sa NYC Health + Hospitals na pasilidad ng pangangalaga sa kalusugan.
- Ang murang insurance sa kalusugan ay makukuha sa pamamagitan ng Estado ng Kalusugan ng NY. Tumawag sa 855-355-5777 o **311** para sa karagdagang impormasyon.
- Kung kailangan mo ng isang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan, tumawag sa 844-692-4692 o **311**.
- Ang mga libreng bakuna para sa mga bata hanggang sa 2 taong gulang ay makukuha sa NYC Health + Hospitals. Tumawag sa 844-692-4692 upang gumawa ng appointment.
- Upang makahanap ng iba pang mga lokasyon sa buong NYC na nagbibigay ng mga serbisyo sa pagbabakuna para sa mga bata at adulto, hanapin NYC Health Map (Mapa sa Kalusugan ng NYC) ang o tumawag sa **311**. Maraming mga magkakasangay at independiyenteng parmasya ang nag-aalok din ng mga bakuna—tumawag sa iyong lokal na parmasya para sa karagdagang impormasyon.
- Ang libreng pagsusuri para sa COVID-19 ay mayroon sa buong NYC. Bisitahin ang nyc.gov/covidtest upang humanap ng lokasyon na malapit sa iyo.

Gawin ang bahagi mo.

- Magsuot ng isang pantakip sa mukha kapag pupunta sa opisina ng tagapagkaloob ng serbisyo mo at habang nasa opisina o klinika ng doktor.
- Subaybayan ang iyong kalusugan at sabihin nang maaga sa provider mo kung mayroon kang mga sintomas ng COVID-19; maaaring mayroon silang karagdagang pag-iingat.

Maaaring baguhin ng Kagawaran ng Kalusugan ng NYC ang mga rekomendasyon habang nagbabago ang sitwasyon.

7.8.20