

Wskazówki dotyczące przygotowania do realizacji recept

Kłęski żywiołowe mogą utrudnić uzyskanie leków. Należy posłużyć się poniższymi wskazówkami, aby być przygotowanym.

- 1. Sporządź podsumowanie informacji dotyczących swojego zdrowia, aby śledzić swoje informacje medyczne.** Aby je utworzyć, należy odwiedzić stronę nyc.gov/health/healthsummary. Należy przechowywać kopie w portfelu i bagażu ewakuacyjnym. (Bagaż ewakuacyjny zawiera rzeczy osobiste, które należy zabrać ze sobą na wypadek ewakuacji. Odwiedź stronę nyc.gov i wyszukaj hasło **go-bag**, aby dowiedzieć się więcej).
- 2. Wykonaj kopie lub zrób zdjęcia etykiet leków na receptę, karty ubezpieczenia zdrowotnego oraz karty recept.** Przechowuj kopie w bagażu ewakuacyjnym i/lub zapisz zdjęcia w telefonie.
- 3. Zawsze przechowuj zapas leków wystarczający na co najmniej siedem dni.** Należy skontaktować się z apteką i uzupełnić leki, jeśli ich zapas nie wystarczy na co najmniej siedem dni. W przypadku otrzymywania leków poprzez zamówienia pocztowe z apteki i braku możliwości uzupełnienia leków w sytuacji nagłej, należy zabrać etykietę leków lub zdjęcie etykiety do lokalnej apteki; farmaceuta może pomóc uzyskać ograniczoną ilość leków.
- 4. W przypadku ewakuacji należy zabrać ze sobą lekarstwa.** Należy spakować do bagażu ewakuacyjnego oryginalne, opatrzone etykietami: butelki leków lub opakowania podpisane imieniem i nazwiskiem.



Aby dowiedzieć się więcej na temat sposobu przygotowania się na sytuacje nagłe dotyczące zdrowia publicznego, należy odwiedzić stronę nyc.gov/health i wyszukać hasło **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. 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**.