



Alameda Alliance for Health

زمانی که به مراقبت صحی نیاز دارید

مراقبت مورد نیازتان را در زمان و مکان مناسب دریافت کنید.

به عنوان یک عضو (Alliance) Alameda Alliance for Health، گزینه‌هایی برای مراقبت‌های بهداشتی دارید. اگر شما دارای Alliance Group Care یا Medi-Cal هستید، لطفاً از این راهنما برای انتخاب بهترین گزینه جهت نیازهای طبی خود استفاده کنید.

به یاد داشته باشید: اگر با وضعیت عاجل طبی روبه‌رو هستید، لطفاً با **9-1-1 تماس بگیرید** یا **به نزدیک‌ترین بخش عاجل (اتاق اضطراری) مراجعه نمایید.**

خط مشاوره پرستاری

مطمئن نیستید که برای مراقبت‌های بهداشتی به کجا مراجعه کنید؟ پرستاران به شما در تصمیم‌گیری درباره این موضوع کمک می‌کنند که باید برای ویزیت پزشک برنامه‌ریزی کنید یا نیازمند مراقبت فوری هستید. «خط مشاوره پرستاری» به صورت 24 ساعته در 7 روز هفته در دسترس است. پرستاران در خصوص موضوعاتی، از قبیل موارد زیر، مشاوره ارائه می‌دهند:

با این شماره رایگان تماس بگیرید:
اعضای Medi-Cal: **1.888.433.1876**
اعضای Group Care: **1.855.383.7873**

- غربالگری‌ها و واکسن‌های سلامت
- نکاتی برای داشتن سبک زندگی سالم
- درمان نگرانی‌های رایج در مورد سلامت

ارائه‌دهنده مراقبت‌های اولیه (Primary care provider, PCP)، پزشک، یا کلینیک

برای یک بیماری معمولی، آسیب جزئی، یا معاینه پزشکی متداول، مطب پزشک یا کلینیک بهترین مکان دریافت خدمات مراقبتی است. پزشکتان سابقه درمانی شما را می‌داند و به شما در مدیریت وضعیت سلامتی‌تان در طول زمان کمک می‌کند.

Teladoc®

اگر نتوانستید به پزشکتان دسترسی پیدا کنید یا زودتر به کمک نیاز داشتید، Teladoc® شبکه‌ای از پزشکان دارای مجوز است که می‌توانند تلفنی یا با گفت‌وگوی تصویری به شما در مورد نگرانی‌های سلامتی‌تان کمک کنند. این خدمات در 24 ساعت شبانه‌روز و 7 روز هفته ارائه می‌شود.

می‌توان از Teladoc® برای مسائل غیراورژانسی استفاده کرد، مانند:

- آلرژی و مشکلات سینوسی
- سلامت روان به صورت سرپایی
- عفونت‌های تنفسی (ریوی)
- علائم سرماخوردگی و آنفولانزا
- التهاب ملتحمه
- شرایط پوستی و درمان‌ها
- آسیب‌های جزئی



با Teladoc® به شماره رایگان **1.800.835.2362** تماس بگیرید. کاربران برای اولین بار باید یک حساب باز کنند. باید شناسه عضویت Alliance را داشته باشید. همچنین می‌توانید کد QR سمت راست را اسکن کنید تا اپلیکیشن Teladoc® را روی گوشی هوشمند یا تبلت خود از Apple App Store® یا Google Play® دانلود کنید:

وقتی سریعاً به مراقبت حضوری نیاز دارید، اما وضعیت اورژانسی نیست، می‌توانید به مرکز مراقبت‌های فوری بروید. آنها ویزیت در همان روز را ارائه می‌کنند و اغلب زمان انتظارشان کمتر از بخش اورژانس است. اگر اخیراً بیمارستان را ترک کرده‌اید و نمی‌توانید پزشکتان را زودتر ملاقات کنید، مرکز مراقبت‌های فوری تا زمان مراجعه بعدی به شما کمک می‌کند.

بیشتر مراکز مراقبت‌های فوری می‌توانند موارد زیر را درمان کنند:

- درد در ناحیه شکم (دل)
- آسیب‌های جزئی
- آلرژی‌ها
- علائم سرماخوردگی یا آنفولانزا
- عفونت‌های سینوسی یا گوش
- استفراغ یا اسهال مداوم
- خس‌خس سینه و تنگی نفس

موارد زیر از مراکز مراقبت‌های فوری در شبکه Alliance هستند. لطفاً قبل از مراجعه با کلینیک تماس بگیرید. همچنین می‌توانید برای دریافت جدیدترین معلومات، فهرست ارائه‌دهندگان خدمات Alliance (Alliance Provider Directory) را بررسی کنید.

Berkeley Immediate/Urgent Care (Lifelong) 4

2001 Dwight Way, #1388
Berkeley, CA 94704

دوشنبه تا شنبه: 9 صبح تا 5 عصر

شماره تماس: **1.510.204.7979**

آخرین بیمار باید تا قبل از 4 عصر ثبت شود.

بیماران باید حداقل سه (3) ماهه باشند.

مراجعان حضوری پذیرفته می‌شوند.

MediNOW Urgent Care – Pleasanton 1

5311 Hopyard Road
Pleasanton, CA 94588

دوشنبه تا جمعه: 8 صبح تا 8 عصر

شنبه و یکشنبه: 8 صبح تا 5 عصر

شماره تلفن: **1.925.202.2478**

بیماران باید حداقل شش (6) ماهه باشند.

مراجعان حضوری پذیرفته می‌شوند.

– Berkeley Urgent Care 5 (Berkeley Outpatient Center (John Muir

3100 San Pablo Avenue
Berkeley, CA 94702

دوشنبه تا جمعه: 8 صبح تا 8 عصر

شنبه و یکشنبه: 8 صبح تا 5 عصر

روزهای تعطیل: 8 صبح تا 2 عصر

شماره تماس: **1.510.985.5000**

می‌توان به صورت آنلاین نوبت گرفت.

بیماران باید حداقل یک (1) ماهه باشند.

مراجعان حضوری پذیرفته می‌شوند.

(اعضای CHCN/CFMG پذیرفته نمی‌شوند).

– Asian Health Services 2 Chenming & Margaret Hu – Urgent Care

818 Webster Street
Oakland, CA 94607

دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 5 عصر

شنبه: 8:30 صبح تا 1 عصر

شماره تماس: **1.510.986.6800**

همه سنین پذیرفته می‌شود.

برای اعضای Alliance که به Asian Health Services

اختصاص داده می‌شوند.

– Asian Health Services 3 San Leandro Pediatrics

101 Callan Avenue, Suite 105
San Leandro, CA 94577

دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 5 عصر

شماره تماس (بیماران فعلی): **1.510.357.7077**

شماره تماس (بیماران جدید): **1.510.986.6880**

برای اعضای Alliance که اختصاص داده می‌شوند به

Asian Health Services

California Cardiovascular Consultants 6 and Medical Associates, Urgent Care

2333 Mowry Avenue, Suite 300
Fremont, CA 94538

دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 6 عصر

شماره تماس: **1.510.796.0222**

بیماران باید 18 سال یا بیشتر سن داشته باشند.

شبکه مراکز سلامت جامعه‌محور

(CHCN, Community Health Center Network)

CMFG = Children First Medical Group

Progressive Urgent Care 9

22101 Redwood Road, Suite B
Castro Valley, CA 94546
دوشنبه تا یکشنبه: 9 صبح تا 9 شب
(شامل روزهای تعطیل)
شماره تماس: **1.510.605.5330**
نمی‌تواند به پیچ‌خوردگی یا شکستگی استخوان
کمک کند.
هیچ بخشی برای رادیولوژی در دسترس نیست.
بیماران باید حداقل 21 ساله باشند.



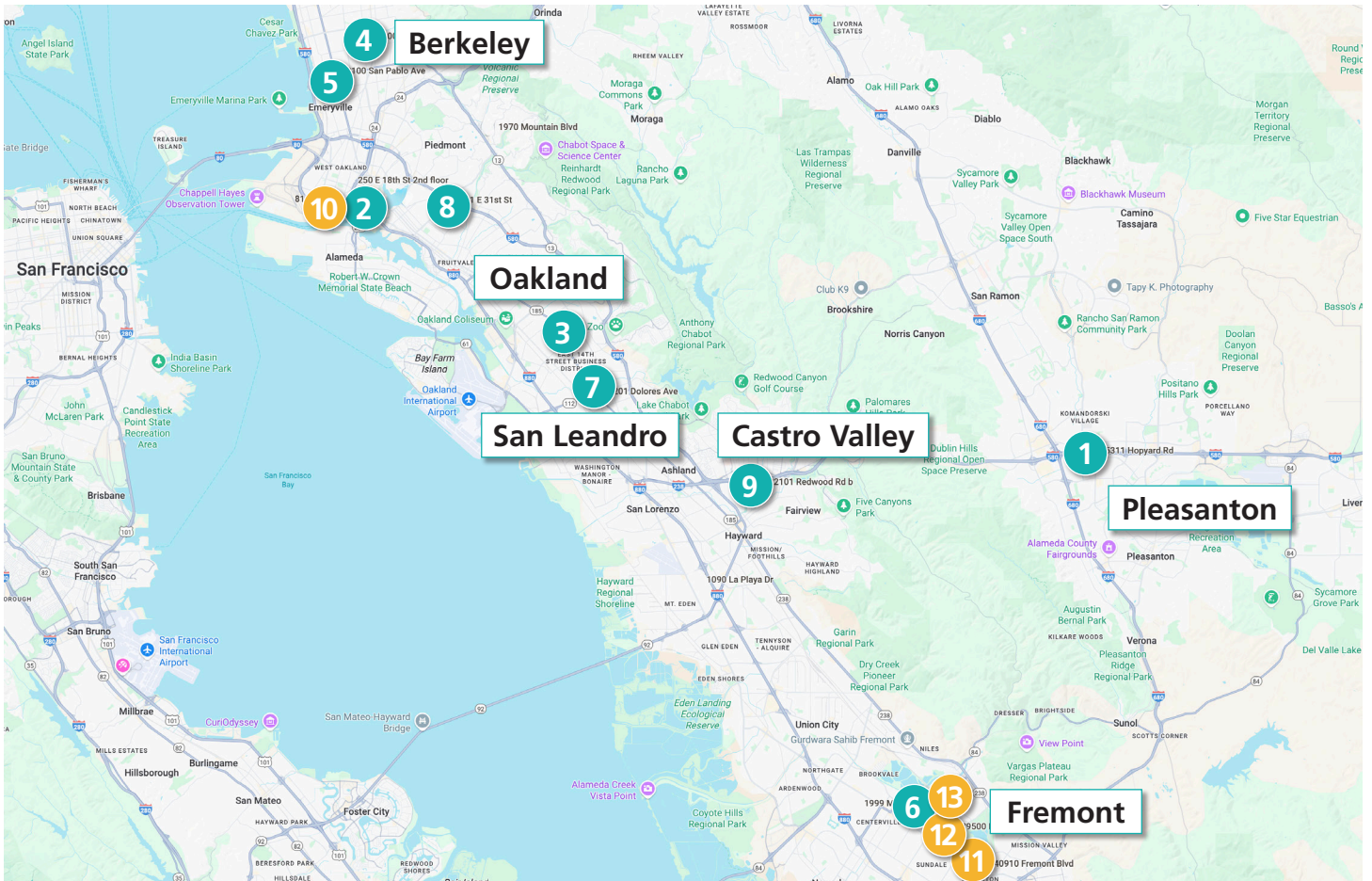
City Health Urgent Care 7

201 Dolores Avenue
San Leandro, CA 94577
دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 7 عصر
شنبه و یکشنبه: 9 صبح تا 5 عصر
شماره تماس: **1.510.984.2489**
می‌توان به‌صورت آنلاین نوبت گرفت.
بیماران باید حداقل دو (2) ماهه باشند.
مراجعات حضوری پذیرفته می‌شوند.
(اعضای CHCN/CFMG پذیرفته نمی‌شوند).

(Highland Urgent Care (Same-Day Clinic 8

1411 E. 31st St
Critical Care Building, 7th Floor
Oakland, CA 94602
دوشنبه تا شنبه: 8:30 صبح تا 7 عصر
شماره تماس: **1.510.437.8500**
بیماران باید حداقل 21 ساله باشند.
مراجعات حضوری پذیرفته می‌شوند.

نقشه کلینیک‌های مراقبت عاجل و خدمات بعد از ساعات کاری
برای پیدا کردن نزدیک‌ترین کلینیک، شماره روی نقشه را بررسی کنید.



کلینیک‌هایی با ارائه مراقبت‌های پس از ساعات کاری، دارای ساعات کاری طولانی‌تر و مراقبت‌های آخر هفته

در زیر، کلینیک‌هایی در شبکه Alliance آمده‌اند که خدمات بعد از ساعات کاری، ساعات کاری تمدیدشده، و مراقبت آخر هفته ارائه می‌کنند. لطفاً قبل از مراجعه با کلینیک تماس بگیرید. همچنین می‌توانید برای دریافت جدیدترین معلومات، فهرست ارائه‌دهندگان خدمات Alliance (Alliance Provider Directory) را بررسی کنید.

– Bay Area Community Health 12 Liberty Clinic

39500 Liberty Street
Fremont, CA 94538
دوشنبه تا پنج‌شنبه: 8 صبح تا 7 عصر
شنبه: 8 صبح تا 5 عصر
تلفن: **1.510.770.8040**

– Asian Health Services 10

Chenming & Margaret Hu Medical Center

818 Webster Street
Oakland, CA 94607
شنبه: 8:30 صبح تا 1 عصر
شماره تماس: **1.510.986.6800**
برای اعضای Alliance که به Asian Health Services اختصاص داده می‌شوند.

– Bay Area Community Health 13 Mowry II Clinic

1999 Mowry Avenue, Suite A/D/F/N
Fremont, CA 94538
مراقبت‌های راحت
دوشنبه تا جمعه: 5 عصر تا 8 عصر
شماره تماس: **1.510.770.8040**

– Bay Area Community Health 11 Irvington Dave Clinic

40910 Fremont Boulevard
Fremont, CA 94538
دوشنبه تا جمعه: 8 صبح تا 7 عصر
یکشنبه: 8 صبح تا 5 عصر
شماره تماس: **1.510.770.8040**

خدمات حمل‌ونقل

برای رفتن به قرار ملاقات بعدیتان به وسایل حمل‌ونقل نیاز دارید؟ لطفاً با خدمات حمل‌ونقل Alliance، Modivcare، به شماره رایگان **1.855.791.4158** تماس بگیرید.

لطفاً برای درخواست سفر، حداقل سه (3) روز کاری قبل از نوبت خود برنامه‌ریزی کنید. برای نوبت‌های فوری، لطفاً در اسرع وقت تماس بگیرید. لطفاً هنگام تماس کارت عضویت Alliance را آماده داشته باشید. همچنین می‌توانید اپلیکیشن Modivcare را از Apple App Store® یا Google Play® دانلود کرده و روی گوشی هوشمند یا تبلت خود برای برنامه‌ریزی سفر از آن استفاده کنید.

ما برای کمک به شما اینجا هستیم

اگر سؤال دارید یا برای ترجمان کمک نیاز دارید، لطفاً تماس بگیرید:

بخش خدمات اعضای Alliance
دوشنبه تا جمعه، 8 صبح تا 5 عصر
شماره تلفن: **1.510.747.4567**
خط تلفن رایگان **1.877.932.4567**

اگر نمی‌توانید خوب بشنوید یا صحبت کنید (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**



لطفاً توجه داشته باشید: این محتوا از ماه مارچ 2026 بررسی شده است. لطفاً برای مشاهده فهرست کامل کلینیک‌ها، فهرست آنلاین ارائه‌دهندگان Alliance (Alliance Provider Directory) را در وبسایت **Alameda Alliance for Health** بررسی نمایید.