

# OÙ CONSULTER SI VOTRE ÉTAT DE SANTÉ OU CELUI D'UN PROCHE VOUS PRÉOCCUPE

Que vous ayez ou non un médecin de famille, découvrez les options qui s'offrent à vous. Des professionnels sont disponibles.



## ↓ SITUATIONS URGENTES



### EN CAS D'URGENCE, DE BLESSURE GRAVE OU DE DÉTÉRIORATION DE L'ÉTAT DE SANTÉ

Si votre vie est en danger ou que votre état de santé exige une intervention immédiate, vous pouvez en tout temps **vous présenter dans une urgence** de la région :

- En composant le **911** pour demander une intervention d'urgence ou un transport en ambulance;
- En prenant un moyen de transport sécuritaire pour vous rendre à l'urgence la plus proche.



### EN CAS D'EMPOISONNEMENT

Le **Centre antipoison du Québec** répond à la population et aux professionnels de la santé qui font face à une situation urgente d'empoisonnement. **Composez le 1 800 463-5060 en tout temps (24 h/24, 7 j/7).**

### PARLER À UNE INFIRMIÈRE OU À UN TRAVAILLEUR SOCIAL

En composant le **811**, vous pouvez parler à une infirmière ou à un travailleur social. Cet appel pourrait vous éviter un déplacement ou une consultation aux urgences. Ces services sont accessibles par téléphone **en tout temps (24 h/24, 7 j/7).**

- Le personnel infirmier d'**Info-Santé** (811, option 1) peut répondre à vos questions ou vous conseiller concernant votre santé ou celle d'un proche.
- Les intervenants d'**Info-Social** (811, option 2) peuvent vous aider lorsque vous vivez une situation difficile, intervenir en cas de crise ou vous orienter vers le bon service en fonction de votre besoin.



# ↓ SITUATIONS NE NÉCESSITANT PAS DE SOINS IMMÉDIATS



## PHARMACIEN

Pour **prolonger une ordonnance, ajuster ou administrer votre médication**, consultez votre pharmacien ou visitez le [www.monpharmacien.ca](http://www.monpharmacien.ca).



## CONSULTATION MÉDICALE PONCTUELLE

### SI VOUS AVEZ UN MÉDECIN DE FAMILLE :

Si vous avez un médecin de famille, prenez rendez-vous avec lui. **Si votre médecin n'est pas disponible, demandez un rendez-vous avec un autre médecin de sa clinique médicale.**

### SI VOUS N'AVEZ PAS DE MÉDECIN DE FAMILLE :

- Consultez le **Guichet d'accès à la première ligne (GAP)** ou téléphonez au 811, option 3;
- Prenez rendez-vous sur le site **Rendez-vous santé Québec** ([rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca)).

Pour tous les détails :  
[ciusssc.ca/optionsdeconsultation](http://ciusssc.ca/optionsdeconsultation)



20230331