

## Where4Care اعرف خياراتك

أقسام الطوارئ مزدحمة، ولكن تتوفر لدى العديد من المرضى الذين يستخدمونها خيارات أخرى.

الحصول على الرعاية من المكان الأنسب سيساعد أقسام الطوارئ على تقديم العلاج للأشخاص الذين يكونون بأمرس الحاجة إليها.

ويمكنها مساعدتك في تجنب أوقات الانتظار الطويلة. هل تعرف ما هي الخيارات المتوفرة لك؟



### طبيب الأسرة أو الممرض الممارس

إذا لم تكن حالتك الصحية حرجة أو مهددة للحياة، اتصل أولاً بطبيب أسرتك. قد تتوفر لديه مواعيد عاجلة في نفس اليوم وينبغي عليه تقديم مواعيد للزيارات الشخصية.



### مركز الرعاية الأولية والعاجلة (UPCC) أو عيادة طبية

إذا لم يكن لديك طبيب الأسرة أو لم يكن الطبيب متوفراً، حاول الذهاب إلى إحدى مراكز الرعاية العاجلة أو الأولية أو عيادة لا تحتاج إلى عمل موعد مسبق لزيارتها.



### الصيدلاني، 811 أو الرعاية الافتراضية في صحة فريزر

للحصول على المشورة الصحية، يمكنك الاتصال على الرقم 811 للتحدث مع ممرض مسجل. للاحتياجات الطبية العاجلة، اتصل بالصيدلاني الخاص بك أو اتصل على الرقم 811 بين الساعة 5 مساءً و 9 صباحاً. يمكن الاتصال بالرعاية الافتراضية في صحة فريزر على الرقم 1-800-314-0999. يمكنهم عمل تواصل لك مع الرعاية التي تحتاجها والخدمة متوفرة على مدار 7 أيام في الأسبوع من 10 صباحاً إلى 10 ليلاً.



### أقسام الطوارئ

إذا كانت حالتك الصحية خطيرة أو مهددة للحياة، اتصل على الرقم 911 أو اذهب إلى أقرب قسم للطوارئ.

## خدمات دعم الصحة العقلية في سوري ونورث دلتا

- الصحة العقلية وإدمان المخدرات في سوري، مركز الأبحاث السريرية للجامعة (UCRC)، دون أخذ موعد مسبق أو من خلال أخذ موعد على الرقم 604-953-6200

- خط هاتف الأزمات في صحة فريزر: 1-877-820-7444

- خط هاتف المساعدة للأمل في العافية (Hope For Wellness) (للسكان الأصليين): 1-855-242-3310 أو [hopeforwellness.ca](http://hopeforwellness.ca)



### أقسام الطوارئ

- حوادث كبيرة
- ألم شديد في البطن أو ألم في الصدر
- نزيف حاد
- فقدان الوعي
- صعوبة في التنفس
- إلتواءات لا تستطيع تحمل الوزن



### الصيدلاني، 811 أو الرعاية الافتراضية في صحة فريزر

- إعادة صرف الأدوية في الحالات العاجلة
- أسئلة تتعلق فيما إذا كانت هناك حاجة أو لا لزيارة الطبيب
- عمل تواصل مع خدمات الصحة المجتمعية
- أمراض بسيطة



### مراكز الرعاية العاجلة والأولية والعيادات التي لا تحتاج إلى عمل موعد مسبق

- عدم وجود طبيب الأسرة أو عدم توفره
- عند الحاجة في المساء، عطلة نهاية الأسبوع أو العطل الرسمية
- حالة/مرض جديد أو متفاقم
- جروح طفيفة
- عمل تواصل مع خدمات الصحة المجتمعية



### طبيب الأسرة أو الممرض الممارس

- حمى
- بدء تناول دواء جديد
- جروح وإلتواءات طفيفة (الحاملة للوزن)
- مشاكل صحية معقدة و/أو مستمرة