

### Problème de santé mineur : Il y a une alternative à la salle d'urgence

**Saint-Jérôme, le 23 novembre 2018** – Avant de se rendre à la salle d'urgence pour un problème de santé mineur, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides rappelle que plusieurs ressources alternatives sont à la disposition de la population. Celles-ci offrent des conseils et des soins adaptés selon la situation.

1. Si vous avez des inquiétudes ou des questions au sujet de votre santé ou celle d'un proche, **appelez Info-Santé ou Info-Social en composant le 811** afin de parler avec un professionnel de la santé. Des conseils de santé sont disponibles 24 heures par jour, 7 jours par semaine.
2. Si vous ou l'un de vos proches devez consulter un médecin pour un problème de santé :
  - **Si vous avez un médecin de famille, contactez-le, il est votre premier recours :**
    - Si vous faites partie d'une clinique désignée à titre de Groupe de médecine de famille (GMF), vous avez un accès privilégié auprès de votre médecin de famille et à l'ensemble des professionnels du groupe. On vous assignera un rendez-vous personnalisé en fonction de vos besoins.
  - **Vous n'avez pas de médecin de famille ou votre clinique est fermée :**
    - Consulter la liste des cliniques médicales avec ou sans rendez-vous :
      - Dans la région des Laurentides, plusieurs cliniques médicales offrent des consultations médicales, sans rendez-vous, à la population. Pour tous les détails, visitez le [www.santelaurentides.gouv.qc.ca/nous-joindre](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/nous-joindre).
      - Pour les autres régions, consultez le répertoire du Portail santé mieux-être du gouvernement du Québec au [www.msss.gouv.qc.ca/repertoires](http://www.msss.gouv.qc.ca/repertoires).
      - Rendez-vous santé Québec est un service gouvernemental harmonisé, convivial et gratuit permettant la prise de rendez-vous en ligne avec un médecin de famille, visitez le [www.rvsq.gouv.qc.ca](http://www.rvsq.gouv.qc.ca).
3. Consultez votre pharmacien, il offre plusieurs services qui pourraient répondre à votre situation.
4. Contactez tout autre professionnel de la santé qui connaît votre condition et qui vous a déjà traité pour une situation similaire.

Les personnes n'ayant pas de médecin de famille sont invitées à faire une demande d'inscription directement sur le site du Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF) au <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/consulter-un-professionnel/inscription-aupres-d-un-medecin-de-famille/>.

-30-

Source : Direction générale  
Service des relations médias, relations publiques et à la communauté  
450 432-2777, poste 22898