

# Où consulter pour mes problèmes de santé

Territoire des Etchemins

## Ce n'est pas une urgence

### Que faire ?

#### **A** J'ai un médecin de famille au Groupe de médecine de famille universitaire (GMF-U) des Etchemins.

##### Consultation médicale avec rendez-vous

Vérifiez si votre médecin de famille peut vous rencontrer dans un délai acceptable. S'il n'est pas disponible, un rendez-vous auprès d'un médecin résident pourra vous être offert.

Lac-Etchemin :

- Téléphone de la centrale de rendez-vous : 418 625-8001
- Ouverture de la centrale : du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h, sauf les jours fériés.\*

Sainte-Justine :

- Téléphone de la centrale de rendez-vous : 418 383-3095
- Ouverture de la centrale : lundi et mardi, de 13 h à 18 h, jeudi et vendredi, de 9 h à 17 h 30, sauf les jours fériés.

##### Consultation médicale au sans rendez-vous

Si vous ne pouvez obtenir un rendez-vous, vous pouvez bénéficier d'une consultation médicale au sans rendez-vous du GMF-U, et ce, chaque jour. Pour ce faire, inscrivez-vous en ligne sur le [rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca)\*\* , à partir de 19 h, pour une consultation le lendemain. Si vous avez besoin d'aide pour vous inscrire, communiquez au 418 625-8001, sur nos heures d'ouverture.

\*Les heures sont sujettes à changement pendant la période des Fêtes.

\*\*Ce site remplace celui de [bonjour-sante.ca](http://bonjour-sante.ca).

### Info-Santé (811)

En tout temps ou si le sans rendez-vous est complet, contactez Info-Santé. Des professionnels vous offrent des conseils de santé 24 heures/7 jours.

Le CISSS de Chaudière-Appalaches est soucieux d'améliorer l'accès aux soins à la population. Une meilleure connaissance et utilisation des services peuvent contribuer à l'efficacité du système et à la diminution des délais d'attente.

Ce dépliant a pour objectif de vous présenter les ressources disponibles sur le territoire des Etchemins ainsi que les informations pour y avoir accès. Il est également disponible sur le site Web du CISSS de Chaudière-Appalaches dans la section « Où consulter? » ainsi que dans ses installations.

## J'ai un problème de santé, que dois-je faire?

### C'est une urgence

#### Situation nécessitant des soins immédiats

(ex. : douleur à la poitrine, essoufflement au repos, enfant très affaibli ou déshydraté, douleur intolérable, etc.)

### Que faire?

Vous rendre à l'urgence d'un hôpital (Hôpital de Saint-Georges ou Hôtel-Dieu de Lévis).

Lors d'une situation critique où la vie d'une personne est en danger ou sa santé est menacée, lors de détresse, d'un besoin de transport en ambulance ou d'aide immédiate (ex. : accident, arrêt respiratoire, inconscience, etc.), téléphonez au 911.

#### **B** J'ai un médecin de famille dans un Groupe de médecine de famille (GMF) ou dans une clinique médicale.

##### Consultation médicale avec ou sans rendez-vous

INFORMEZ-VOUS DÈS MAINTENANT des modalités du sans rendez-vous de votre clinique médicale ou de votre GMF.

#### **C** Je n'ai pas de médecin de famille ou je suis en visite sur le territoire des Etchemins.

##### Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF)

Inscrivez-vous sans tarder au GAMF au [gamf.gouv.qc.ca](http://gamf.gouv.qc.ca).

Si vous avez besoin d'aide pour vous inscrire, communiquez au 418 248-0630, poste 5146 ou au 1 844 309-0630. Une agente pourra vous accompagner.

##### Consultation médicale au sans rendez-vous au Groupe de médecine de famille universitaire des Etchemins (GMF-U)

Des plages horaires de consultation au sans rendez-vous sont réservées à la clientèle sans médecin de famille, et ce, chaque jour. Pour y avoir accès, inscrivez-vous en ligne sur le [rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca), à partir de 19 h, pour une consultation le lendemain. Si vous avez besoin d'aide pour vous inscrire, communiquez au 418 625-8001, sur nos heures d'ouverture.

*Nous sommes des gens de cœur unis pour votre mieux-être!*

## Autres alternatives



### Votre pharmacien

Le pharmacien peut vous aider pour un problème de santé non urgent. Il peut prolonger une ordonnance de votre médecin jusqu'à un prochain rendez-vous. Il peut aussi ajuster ou administrer de la médication, selon le cas, et prescrire certains médicaments appropriés à votre situation : diarrhée du voyageur, nausées liées à la grossesse, contraception orale d'urgence, infection urinaire chez la femme, conjonctivite allergique, etc.

Consultez votre pharmacien ou visitez [monpharmacien.ca](http://monpharmacien.ca).



### CLSC de la région

DES SERVICES INFIRMIERS GÉNÉRAUX sont disponibles auprès des CLSC : traitement des plaies, prélèvements, vaccination, contraception orale d'urgence, etc.

Pour obtenir ces services, il faut prendre un rendez-vous et/ou être référé par un médecin.

Voici la liste des CLSC de la région :

- CLSC et CHSLD de Lac-Etchemin
  - Téléphone de la centrale de rendez-vous :  
418 625-8000
  - Ouverture de la centrale :  
du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h
- CLSC de Saint-Prosper
  - Téléphone de la centrale de rendez-vous :  
418 594-8282, poste 2
  - Ouverture de la centrale :  
du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h

## Sites Web

- Rendez-vous santé Québec :  
[rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca)
- Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF) :  
[gamf.gouv.qc.ca](http://gamf.gouv.qc.ca)
- Association québécoise des pharmaciens propriétaires :  
[monpharmacien.ca](http://monpharmacien.ca)



**Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de Chaudière-  
Appalaches**

**Québec** 

[www.cisss-ca.gouv.qc.ca](http://www.cisss-ca.gouv.qc.ca)