

# 了解在您的社区何处可以获得医疗保健

**您的医疗保健选择就近在咫尺。请更清楚地了解它们。**

[ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)

如果您住在安省，并需要医疗保健服务，您现在比从前拥有更多的选择。这些选择在您的社区就有提供，可能简单到只需拨打一通电话或按一下按键。

最大的好处在于，这些选择许多都具有灵活性，有著不同的营业时间及一系列的服务，几乎可以在任何时间满足任何的医疗保健需要。

您可从本册子中了解您可获得的各种医疗保健选择，以及如何去充分利用它们。

其宗旨是更好地在恰当的时间获得恰当的医疗保健。

您的医疗保健选择就近在身边。请更清楚地了解它们。

## 安省电话保健 (Telehealth Ontario)

安省电话保健是一项免费、保密的电话服务，通过它您可以获得注册护士提供的健康建议及一般的保健资讯。

通过该项服务，您全天任何时间都可以联络到合格的医疗保健专业人士，他们会帮您决定您能否自我护理、预约医生、前往诊所、联络您就近的社区资源，或前往医院急诊室求医。

安省电话保健的号码是：1-866-797-0000。  
TTY: 1-866-797-0007。

**建议：**如果您是产妇，或者年事已高，行动不便，电话保健可能是您的极佳首选，使您可以足不出户。

## 社区保健中心 (Community Health Centre)

社区保健中心是向个人、家庭及社区提供医疗保健及健康促进计划的地方。

对于那些因为语言或文化障碍、身体残障、无家可归、贫穷或住在偏远地区而难以正常就医的人士来说，这些中心尤其具有帮助作用。

**建议：**如果您在英文表达和理解上有困难，某些社区保健中心更提供翻译服务，以协助提供您所需的服务。

## 糖尿病教育计划 (Diabetes Education Program)

糖尿病教育计划为糖尿病患者提供所需的工具及技能，助其享受更健康的生活。它们提供团体和一对一的辅导服务。有了包括糖尿病护士辅导员 (diabetes nurse educators) 及注册营养师在内的保健团队，患者学习自我管理技能，并能拟定生活计划，以尽可能减轻病症及延缓或预防糖尿病并发症的出现。

**建议：**如果您或家庭成员患有糖尿病，请联络当地的糖尿病教育计划，以帮助您获得有效控制糖尿病的知识。

## 急诊室 (Emergency Room)

急诊室 (ER) 是医院专门为急需就医的病人提供内科及手术治疗的部门 — 包括重、危的伤、病。

**建议：**您可通过 [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions) 网页了解您附近急诊室的留医时间资讯。

## 家庭医生或执业护师 (Family Doctor or Nurse Practitioner)

医生及执业护师是主要的家庭医疗保健提供者。他们致力于家庭医疗保健：诊断及治疗所有年龄层病人的疾病、身体失调及伤患。

他们为非急诊的病人提供即时的医护，以及持续的医护，以助他们享受健康的生活。

**建议：**如果您没有家庭医生或执业护师，请致电 1-800-445-1822 或在 [ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect) 网页上登记，试用我们的医疗保健在线 (Health Care Connect) 服务。医疗保健在线能帮您在您的社区找到家庭医生或执业护师。

## 家庭健康团队(Family Health Team)

家庭健康团队汇集不同的医疗保健提供者，来提供高素质、以团队为基础的医疗保健。家庭健康团队的设立，旨在让其他医护专业人士 — 例如护士、执业护士、饮食营养师及药剂师 — 为医生提供支持。他们齐心协力为您提供一系列的医护服务。

家庭健康团队为非紧急的病人提供即时，以及持续的医护，以助您享受健康的生活。

**建议：**您可以从家庭健康团队获得一系列的健康服务，包括如何过健康生活以预防疾病的建议及指引。

## 执业护士诊所(Nurse Practitioner-Led Clinic)

执业护士是受过更高教育及更有经验的注册护士。他们能够诊断及治疗大部分疾病，推介及解读诊断测试，分析诊断，开处方药，以及对各年龄层的病人实施特定的治疗。

由执业护士主持的诊所能够为您提供持续的日常医疗保健，同时帮助促进疾病预防及健康生活。您会发现全省各地都有执业护士，通过家庭健康团队及其他医疗保健模式提供服务。

**建议：**如果您没有家庭医生，执业护士是一个很好的选择。您可以致电1-800-445-1822或在[ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)网页上登记，通过我们的医疗保健在线服务找到执业护士。

## 紧急医护中心(Urgent Care Centre)

紧急医护中心为非危重伤病的患者提供医护服务，无需预约，白天、晚上及周末均有营业。

急诊中心对症状较轻、不太复杂且紧急度较低的伤病，提供即时的医护服务，例如眼睛受伤、缝合、石膏模、X-光及化验。

**建议：**如果您正处于伤病的康复期，一些紧急医护中心能够为您提供预约服务，以跟进您的状况。

## 随访/延时诊所(Walk-In / After Hours Clinic)

如果您有不复杂及非紧急的伤病，可前去随访问所求医。这些诊所的营业时间通常延续到晚上及周末，而且往往无需预约。

它们提供与您的家庭医生诊所相似的一系列服务。

**建议：**为了节省您的时间和麻烦，务请提前致电诊所，确认其营业时间，以及您是否需要预约。

## 就近寻找您的医疗保健。

欲获取更多资讯，或了解在您社区有提供的具体服务，请浏览[ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)网页。

在这里，您可以通过输入您的邮编或地址，来搜索医疗保健选择目录(Health Care Options Directory)，查找在您社区所提供的医疗保健选择。

## 需要家庭医生或执业护士？

如果您没有家庭医生或执业护士，我们能够帮您。只要在医疗保健在线登记即可。一名专门指派给您的保健联络员(Care Connector)将会帮您在您的社区找到家庭医疗保健。

如需登记或了解更多详情，请致电1-800-445-1822，或浏览[ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)网页

## 工具及资源

紧急电话：911

安省电话保健：1-866-797-0000

急诊室及手术/候诊时间工具：[ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)

医疗保健连线：致电1-800-445-1822或浏览[ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)网页

我的家庭医生/执业护士是：

---

离我最近的随访问所是：

---

我的药剂师是：

---

本简介所载资讯同时以26种语言提供，您可从 **ontario.ca/healthcareoptions** 网页上阅读或下载，并与他人分享。

欲查询您社区的医疗保健服务资讯，包括地址及营业时间，请浏览 **ontario.ca/healthcareoptions** 网页，或致电安省服务厅(ServiceOntario): 1-866-330-6206。

您将能够根据您的住址、邮编或城市，来搜索您的医疗保健选择。  
简单易用。欢迎立即试用。