

了解在您的社區何處可以獲得醫療保健

**您的醫療保健選擇就在咫尺。
請更清楚地了解它們。**

ontario.ca/healthcareoptions

如果您住在安省，並需要醫療保健服務，您現在比從前擁有更多的選擇。這些選擇在您的社區就有提供，可能簡單到只需撥打一通電話或按一下按鍵。

最大的好處在於，這些選擇許多都具有靈活性，有著不同的營業時間及一系列的服務，幾乎可以在任何時間滿足任何的醫療保健需要。

您可從本冊子中瞭解您可獲得的各種醫療保健選擇，以及如何去充分利用它們。

其宗旨是更好地在恰當的時間獲得恰當的醫療保健。

您的醫療保健選擇就在身邊。請更清楚地瞭解它們。

安省電話保健 (Telehealth Ontario)

安省電話保健是一項免費、保密的電話服務，通過它您可以獲得註冊護士提供的健康建議及一般的保健資訊。

通過該項服務，您全天任何時間都可以聯絡到合資格的醫療保健專業人士，他們會幫您決定您能否自我護理、預約醫生、前往診所、聯絡您就近的社區資源，或前往醫院急診室求醫。

安省電話保健的號碼是：1-866-797-0000。
TTY: 1-866-797-0007。

建議：如果您是產婦，或者年事已高，行動不便，電話保健可能是您的極佳首選，使您可以足不出戶。

社區保健中心(Community Health Centre)

社區保健中心是向個人、家庭及社區提供醫療保健及健康促進計劃的地方。

對於那些因為語言或文化障礙、身體殘障、無家可歸、貧窮或住在偏遠地區而難以正常就醫的人士來說，這些中心尤其具有幫助作用。

建議：如果您在英文表達和理解上有困難，某些社區保健中心更提供翻譯服務，以協助提供您所需的服務。

糖尿病教育計劃(Diabetes Education Program)

糖尿病教育計劃為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。它們提供團體和一對一的輔導服務。有了包括糖尿病護士輔導員(diabetes nurse educators) 及註冊營養師在內的保健團隊，患者學習自我管理技能，並能擬定生活計劃，以盡可能減輕病症及延緩或預防糖尿病併發症的出現。

建議：如果您或家庭成員患有糖尿病，請聯絡當地的糖尿病教育計劃，以幫助您獲得有效控制糖尿病的知識。

急診室(Emergency Room)

急診室(ER)是醫院專門為急需就醫的病人提供內科及手術治療的部門 - 包括重、危的傷、病。

建議：您可通過ontario.ca/healthcareoptions網頁了解您附近急診室的留醫時間資訊。

家庭醫生或執業護師(Family Doctor or Nurse Practitioner)

醫生及執業護師是主要的家庭醫療保健提供者。他們致力於家庭醫療保健：診斷及治療所有年齡層病人的疾病、身體失調及傷患。

他們為非急診的病人提供即時的醫護，以及持續的醫護，以助他們享受健康的生活。

建議：如果您沒有家庭醫生或執業護師，請致電 1-800-445-1822 或在ontario.ca/healthcareconnect網頁上登記，試用我們的醫療保健在線(Health Care Connect)服務。醫療保健在線能幫您在您的社區找到家庭醫生或執業護師。

家庭健康團隊(Family Health Team)

家庭健康團隊匯集不同的醫療保健提供者，來提供高質素、以團隊為基礎的醫療保健。家庭健康團隊的設立，旨在讓其他醫護專業人士 - 例如護士、執業護師、飲食營養師及藥劑師 - 為醫生提供支持。他們齊心協力為您提供一系列的醫護服務。

家庭健康團隊為非緊急的病人提供即時，以及持續的醫護，以助您享受健康的生活。

建議：您可以從家庭健康團隊獲得一系列的健康服務，包括如何過健康生活以預防疾病的建議及指引。

執業護師診所(Nurse Practitioner-Led Clinic)

執業護師是受過更高教育及更有經驗的註冊護士。他們能夠診斷及治療大部分疾病，推介及解讀診斷測試，分析診斷，開處方藥，以及對各年齡層的病人實施特定的治療。

由執業護師主持的診所能夠為您提供持續的日常醫療保健，同時幫助促進疾病預防及健康生活。您會發現全省各地都有執業護師，通過家庭健康團隊及其他醫療保健模式提供服務。

建議：如果您沒有家庭醫生，執業護師是一個很好的選擇。您可以致電1-800-445-1822或在 ontario.ca/healthcareconnect 網頁上登記，通過我們的醫療保健在線服務找到執業護師。

緊急醫護中心(Urgent Care Centre)

緊急醫護中心為非危重傷病的患者提供醫護服務，無需預約，白天、晚上及週末均有營業。

急診中心對症狀較輕、不太複雜且緊急度較低的傷病，提供即時的醫護服務，例如眼睛受傷、縫合、石膏模、X-光及化驗。

建議：如果您正處於傷病的康復期，一些緊急醫護中心能夠為您提供預約服務，以跟進您的狀況。

隨訪/延時診所(Walk-In / After Hours Clinic)

如果您有不複雜及非緊急的傷病，可前去隨訪診所求醫。這些診所的營業時間通常延續到晚上及週末，而且往往無需預約。

它們提供與您的家庭醫生診所相似的一系列服務。

建議：為了節省您的時間和麻煩，務請提前致電診所，確認其營業時間，以及您是否需要預約。

就近尋找您的醫療保健。

欲獲取更多資訊，或瞭解在您社區有提供的具體服務，請瀏覽 ontario.ca/healthcareoptions 網頁。

在這裡，您可以通過輸入您的郵編或地址，來搜索醫療保健選擇目錄(Health Care Options Directory)，查找在您社區所提供的醫療保健選擇。

需要家庭醫生或執業護師？

如果您沒有家庭醫生或執業護師，我們能夠幫您。只要在醫療保健在線登記即可。一名專門指派給您的保健聯絡員(Care Connector) 將會幫您在您的社區找到家庭醫療保健。

如需登記或了解更多詳情，請致電1-800-445-1822，或瀏覽 ontario.ca/healthcareconnect 網頁

工具及資源

緊急電話：911

安省電話保健：1-866-797-0000

急診室及手術/候診時間工具：ontario.ca/healthcareoptions

醫療保健連線：致電1-800-445-1822或瀏覽 ontario.ca/healthcareconnect 網頁

我的家庭醫生/執業護師是：

離我最近的隨訪診所是：

我的藥劑師是：

本簡介所載資訊同時以26種語言提供，您可從 ontario.ca/healthcareoptions 網頁上閱讀或下載，並與他人分享。

欲查詢您社區的醫療保健服務資訊，包括地址及營業時間，請瀏覽 ontario.ca/healthcareoptions 網頁，或致電安省服務廳(ServiceOntario)：1-866-330-6206。

您將能夠根據您的住址、郵編或城市，來搜索您的醫療保健選擇。

簡單易用。歡迎立即試用。