

# Довідайтесь, де ви можете отримати медичну допомогу в своєму районі проживання.

**Ви маєте вибір варіантів медичної допомоги поблизу вашого помешкання. Як краще про це дізнатись.**

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

Якщо ви живете в Онтаріо і потребуєте медичної допомоги, то зараз у вас більше варіантів це зробити, ніж було раніше. Ці шляхи доступні для вас безпосередньо у вашому районі проживання і можуть бути лише на відстані телефонного дзвінка або кліку вашої "мишки".

А найкраще те, що багато із цих варіантів є гнучкими, мають різні години роботи і широкий спектр послуг, що надає вам можливість отримати майже будь-яку медичну допомогу і в будь-який час.

Тут ви дізнаєтесь про вибір доступних варіантів медичної допомоги і як найкраще ними скористатися.

Це все, що вам потрібно знати, щоб мати кращий доступ до саме тієї допомоги, яка вам потрібна і в потрібний для вас час.

**У вас є вибір варіантів медичної допомоги недалеко від місця вашого проживання. Де про це ви можете узнати детальніше .**

## Служба здоров'я по телефону (Telehealth) Онтаріо:

Служба здоров'я по телефону (Telehealth) Онтаріо є безкоштовна, конфіденційна послуга по телефону, де ви можете отримати пораду стосовно здоров'я або загальну інформацію про здоров'я від дипломованої медсестри.

Користуючись нашою послугою, ви маєте цілодобовий доступ до професіоналу в галузі медицини, який може вам допомогти вирішити, яку допомогу ви можете надати собі самі, записатися до лікаря, прийти на прийом до поліклініки, звернутися за допомогою в своєму мікрорайоні, або звернутися у відділення невідкладної медичної допомоги.

Телефон Служби здоров'я по телефону (Telehealth) Онтаріо 1-866-797-0000. Телетайп (TTY): 1-866-797-0007.

**Порада:** Якщо ви вперше стали мамою, або ви людина похилого віку і вам складно знайти потрібну інформацію, то Служба здоров'я по телефону (Telehealth) може бути для вас хорошим першим варіантом, де ви можете отримати інформацію, навіть не виходячи з дому.

## Медичний центр мікрорайону (Community Health Centre)

Медичні центри мікрорайону – це заклади, які надають медичну допомогу і проводять програми оздоровчих заходів для окремих осіб, сімей, та мікрорайонів.

Ці центри особливо можуть допомогти тим, для кого складно мати доступ до першої медичної допомоги через мовний або культурний бар'єр, фізичні вади, відсутність житла, бідність, або тим, хто живе у віддалених районах.

**Порада:** Якщо говорити або розуміти англійську мову для вас представляє труднощі – деякі медичні центри мікрорайону пропонують послуги перекладача, щоб допомогти вам отримати допомогу, яка вам потрібна.

## Освітня програма про діабет

Освітня програма про діабет надає людям, хворим на діабет, доступ до засобів і вчить навичкам, потрібним, щоб вести здоровіший образ життя. Вони надають як групові так і індивідуальні консультаційні послуги. Маючи доступ до бригади фахівців в галузі медицини (включаючи медсестер-консультантів з питань діабету і сертифікованих дієтологів), особи, які цього потребують, вчаться навичкам, як самим управлятися із хворобою і складати плани життя, щоб допомогти звести до мінімуму симптоми хвороби та відсунути або упередити ускладнення діабету.

**Порада:** Якщо ви, або член вашої родини, маєте діабет, зверніться до місцевої "Освітньої програми про діабет", яка допоможе вам набути навички, ефективно долати проблеми, викликані діабетом.

## Кабінет невідкладної допомоги (Emergency Room)

Кабінет невідкладної допомоги (ER) – це відділ лікарні, який відповідає за надання медичної і хірургічної допомоги пацієнтам, які потребують негайної медичної уваги, включаючи важкі або смертельно-небезпечні хвороби та пошкодження.

**Порада:** ВВи можете отримати інформацію про термін перебування в відділенні швидкої допомоги, що недалеко від, вас на сайті: [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)

## Сімейний лікар або медсестра (Nurse Practitioner)

Сімейні лікарі та медсестри є головними медичними працівниками. Їх діяльність зосереджена на наданні сім'ям медичної допомоги: діагноз і лікування хвороб, фізичні розлади та пошкодження у пацієнтів будь-якого віку.

Вони надають негайну допомогу у ситуаціях, крім невідкладних, на також тривалу допомогу, щоб ви мали здоровіший образ життя.

**Порада:** Якщо у вас немає сімейного лікаря або медсестри, спробуйте звернутись до нашої служби “Зв’язок медичної допомоги” (Health Care Connect), зателефонувавши 1-800-445-1822 або зареєструвавшись онлайн на [ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect). “Зв’язок медичної допомоги” може допомогти вам знайти сімейного лікаря або медсестру у вашому мікрорайоні.

## Бригада “Здоров’я сім’ї” (Family Health team)

Бригада “Здоров’я сім’ї” зводить разом різних медичних працівників, щоб надати висококваліфіковану допомогу пацієнту силами бригади. Бригади “Здоров’я сім’ї” призначені надавати лікарняну допомогу від інших фахівців в галузі медицини, таких як сестри, медсестри, дієтологи та фармацевти, які працюють разом, щоб надати вам різноманітні послуги медичної допомоги.

Бригади “Здоров’я сім’ї” надають допомогу у випадках, крім невідкладних, а також тривалу допомогу, щоб ви мали здоровіший образ життя.

**Порада:** Ви можете отримати широкий спектр послуг медичної допомоги від Бригади “Здоров’я сім’ї”, включаючи поради і консультації, як вести здоровіший образ життя та уникати хвороби.

## Клініка, де допомогу надають медсестри (Nurse Practitioner-Led Clinic)

Медсестри є дипломовані медичні сестри, що мають додаткову освіту та досвід. Вони ставлять діагноз і лікують більшість хвороб, повідомляють про діагноз, виписують ліки та проводять спеціальні процедури з пацієнтами будь-якого віку.

Клініка, де допомогу надають медсестри, може надати вам безперервну першу медичну допомогу, в той же час допомагаючи уникнути хвороби і вести здоровий образ життя. Ви також зустрінете молодших медичних сестер, що працюють по всій провінції у складі Бригад “Здоров’я сім’ї” та інших засадах охорони здоров’я.

**Порада:** Якщо у вас немає сімейного лікаря, молодша медична сестра – хороший варіант. Ви можете знайти собі медсестру через нашу службу “Зв’язок медичної допомоги”, зателефонувавши за 1-800-445-1822 або зареєструвавшись на сайті [ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)

## Центр невідкладної допомоги (Urgent Care Centre)

Центри невідкладної допомоги надають пацієнтам послуги без запису до лікаря – тим, кому потрібна допомога у випадках, коли немає загрози життю в денний час, вечірній час та у вихідні дні.

Центри невідкладної допомоги надають негайну допомогу у випадках без тяжких наслідків та у випадках без ускладнень, таких як травма ока, нанесення швів, накладання гіпсової пов’язки, рентген та лабораторні аналізи.

**Порада:** Якщо ви одужуєте після хвороби або травми, деякі Центри невідкладної допомоги можуть запропонувати записатися на прийом до лікаря, щоб простежити курс видужування.

## Клініка “Без запису/Після закриття” (Walk-In / After Hours Clinic)

Клініка “Без запису” -- за заклад, де вам можуть надати медичне лікування нескладних хвороб і випадків, що не загрожують життю. Клініка, як правило, продовжує працювати і увечері, і часто запис до лікаря не вимагається.

Вони надають широкий спектр послуг, схожий на той, що надає клініка сімейного лікаря.

**Порада:** Щоб зекономити час і уникнути зайвих проблем, обов’язково подзвоніть до клініки наперед, щоб переконатись, коли працює клініка і чи не потрібно записатись на прийом.

## Знайдіть медичний заклад, що найближчий до вас.

За додатковою інформацією або інформацією які конкретні послуги надаються у вашому мікрорайоні, відвідайте сайт [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)

Тут ви зможете ввести свій поштовий індекс або адресу і знайти інформацію в довіднику “Вибір варіантів медичної допомоги” (Health Care Options), який покаже вам варіанти медичної допомоги, наявні у вашому мікрорайоні.

## Вам потрібен сімейний лікар або медсестра?

Якщо у вас немає сімейного лікаря або медсестри, то ми можемо вам допомогти. Лише зареєструйтесь на сайті “Зв’язок медичної допомоги”. Вам буде призначений працівник “Зв’язку медичної допомоги”, який допоможе вам знайти медичний заклад безпосередньо у вашому мікрорайоні.

Щоб зареєструватись або узнати більше, зателефонуйте 1-800-445-1822 або відвідайте сай [ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)

## Засоби і ресурси

Швидка допомога: 911

Служба здоров’я по телефону (Telehealth) Онтаріо:  
1-866-797-0000

Відділення швидкої допомоги та хірургічний / діагностичний час чекання: [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions)

“Зв’язок медичної допомоги” (Health Care Connect):  
телефонуйте 1-800-445-1822 або [ontario.ca/healthcareconnect](http://ontario.ca/healthcareconnect)

Мій сімейний лікар / медсестра:

---

Найближча до мене клініка “без запису” (walk-in clinic)  
знаходиться:

---

Мій фармацевт знаходиться:

---

інформація на цьому інформаційному листку є також на 26 мовах. Ви знайдете їх на [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions), де їх можна завантажити з інтернету і поділитись з іншими.

Щоб знайти інформацію про медичні послуги у вашому мікрорайоні, включаючи адреси і години роботи, відвідайте [ontario.ca/healthcareoptions](http://ontario.ca/healthcareoptions), зателефонуйте до ServiceOntario за 1-866-330-6206.

Ви зможете знайти інформацію про вибір варіантів медичної допомоги в залежності від вашої адреси, поштового індексу або міста.

**Це легко. Спробуйте сьогодні.**