

## 바쁜 겨울철에 응급실을 분별력 있게 이용하세요

겨울철에는 의료 서비스를 미리 계획하셔서 응급실에서는 응급 환자만 받게 해주세요.

필요한 도움을 받으시려면 적합한 진료 옵션을 선택하시는 것이 중요합니다. 응급실은 이맘 때 환자가 증가하는 추세를 보이며, 가장 긴급한 진료가 필요한 환자가 먼저 진료를 받습니다.

응급실은 생명을 위협하는 상황에서 매우 중요한 일을 하지만, 일상적인 질병을 보살펴드리는 용도로 세워진 곳은 아니며, 선착순으로 진료하지도 않습니다. 진료가 긴급하지 않은 분은 오래 기다리셔야 할 수도 있습니다. 그런 경우에는 다른 의료 옵션을 고려하세요. 그편이 환자에게 필요한 진료에 따라 더 빠르고, 편리하며, 적절할 수 있습니다.

가능하면 언제든지, 본인과 가족의 건강상 필요에 대하여 다음 옵션을 고려하세요. [영어를 잘하지 못하는 분들에게는 통역 서비스도 제공됩니다.](#) 자세한 사항은 본인이나 의료 제공자가 Provincial Language Service 에 604-297-8400 이나 1-877-228-2557 로 연락하여 알아보시면 됩니다.

- **건강상 우려 사항이 있으시면** 먼저 가정의에게 연락하세요. 가정의는 환자와 환자의 병력을 알고 있습니다. 당일 긴급 예약이 가능할 수도 있습니다.
- 가정의에게 시간이 없거나 가정의가 없으신 경우, 또는 응급 상황은 아니지만 즉시 치료가 필요한 부상이나 질병이 있으신 경우, 긴급 일차 진료 센터(Urgent and Primary Care Centre)로 가세요. 위치 안내: [fraserhealth.ca/urgentcare](https://fraserhealth.ca/urgentcare)
- 신뢰할 만한 건강 상담을 원하시면 프레이저 헬스 가상 진료(Virtual Care) 팀에 주 7일 오전 10시부터 오후 10시 사이에 전화하여 간호사와 통화하세요. 나머지 시간에는 8-1-1로 연락하세요.
- 약을 긴급히 재조제 받으시려면 거래 약국의 약사에게 말씀하세요. 약사는 만성 질환용 약 등 처방 약을 긴급 재조제해 드릴 수도 있습니다. 비처방 약으로 관리할 수 있는 경미한 문제에 대하여는 약사에게 문의하세요.
- 독감 클리닉과 COVID-19 검사 또는 백신 접종을 비롯하여 거주지에서 이용하실 수 있는 기타 진료 옵션 안내: [pathwaysmedicalcare.ca](https://pathwaysmedicalcare.ca). 워크인 클리닉과 대기 시간, 운영 시간은 [medimap.ca](https://medimap.ca) 를 확인하세요.
- 모든 연령의 퍼스트 네이션, 메이티, 이뉴잇 원주민을 위한 문화적으로 안전하고 전인적인 일차 진료 서비스인 [xixaᑭᑦᑭᑭᑭᑭᑭᑭᑭ ct tᑭ mᑭᑭᑭᑭᑭᑭᑭᑭ ct - We are Caring for the People](#) 은 여러 지역 사회에서 제공됩니다.

- 원주민으로 프레이저 세일리시 지역에서 진료를 받으시는 분은 원주민 보건 연락 담당자에게 다음 번호로 연락하면 필요한 의료 서비스 이용에 도움을 받으실 수 있습니다: 1-866-766-6960.
- 문화적으로 안전하게 지원해드리는 위기 상담 전화는 다음과 같습니다.
  - 퍼스트 네이션: 쿠우스 위기 상담 전화: 1-800-588-8717
  - 메이티: 위기 상담 전화: 1-833-638-4722
- **정신 건강/물질 오남용에 대한 우려 사항은** 프레이저 헬스 위기 상담 전화 604-951-8855 또는 무료 전화 1-877-820-7444 로 연중무휴 연락하세요.
- **어린이/청소년의 정신 건강 위기는** 프레이저 헬스 START 프로그램에 1-844-782-7811 로 연락하세요.
- 정보, 자료, 비디오 등 문화를 초월한 정신 건강 및 물질 오남용 지원 정보 웹사이트: [cross-cultural supports for mental health concerns](#)
- **쓰러 거주자로서 본인이나 사랑하는 사람에게 긴급한 (그러나 입원이 필요하지 않은) 정신 건강 또는 물질 오남용 문제가 있다면** 쓰리 정신 건강 물질 오남용 긴급 진료 대응 센터(Surrey Mental Health and Substance Use Urgent Care Response Center)로 가세요.
- **독성 물질에 중독되거나 노출된 가능성이 있으면** 독극물 통제(Poison Control) 팀에 다음 번호로 연락하세요: 1-800-567-8911.
- **위중하거나 생명을 위협하는 상태이면** 9-1-1 로 전화하거나 가까운 응급실로 가세요. 응급 상황의 일부 예는 다음과 같으나 이에 국한하지는 않습니다.
  - 가슴 통증
  - 호흡 곤란
  - 심한 출혈
  - 골절 또는 골절로 의심됨
  - 뇌졸중 또는 심장 발작 증상
  - 패혈증 증상
  - 임신 초기 통증