

- 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](#)
- **쓰리 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