

# SI J'AI UN PROBLÈME, ET QUE JE NE SAIS PAS QUOI FAIRE, QUI DOIS-JE CONTACTER?

## 999

**Pour les véritables urgences**

Respiration difficile,  
Saignement important,  
Douleurs à la poitrine.  
etc.

## A & E

**Accident grave ou urgence** mais sans recours à une ambulance(24/7)  
**L'hôpital Morriston**

**Petites Blessures**

Écorchures, plaies, brûlures légères, blessures aux yeux/ oreilles/ tête/ visage (sans perte de conscience), cou, morçures animales ou humaines.

**L'hôpital Singleton**

## 111

Pour les urgences non mortelles ou pour un **conseil** (24/7). Ou quand le cabinet médical est fermé.

## Santé Mentale

Services de santé et d'aide sociale gratuits dans la communauté.

**Appeler SCVS au 01792 544000**

## Chez soi

**Stocker votre armoire à pharmacie**

Écorchures, maux de gorge, toux, etc

## Maladies courantes

**NHS Gratuit**  
**Traitement à votre pharmacie locale** pour maladies courantes

Toux, rhumes, maux de tête, diarrhée, rhume des foins et autres

## Le Kiné en Direct

**Problèmes Locomoteurs**

Accès direct - 01792 487453

L-V 9:00-12:00

**L'Hôpital Morriston**

## Cabinet Médical

**Problèmes de santé chronique; ou graves problèmes médicaux quand les soins personnels, le pharmacien ou d'autres options ne sont pas adaptés.**

## Le Dentiste

**Problèmes dentaires**  
Mal aux dents, soucis oraux, abcès.

Appeler votre dentiste ou si vous n'en avez pas **NHS Direct** au **08454647**

## Les Soins Communautaires

Appeler le réseau central  
Pour votre infirmière libérale, l'Aide Sociale ou un Ergothérapeute.  
**01792 636007**

## Visiteurs de Santé

**Fforestfach**

**01792 586087**

**Sages-Femmes**

**Fforestfach**

**07766 466891**

## L'Opticien

**Problèmes d'yeux et de vue**, routine ou soins aigus.

**Accès rapide** pour examen gratuit dans les 24 heures pour problèmes graves

## Soins des plaies

Soins des plaies et pansements se font au **Community Wound Care Clinic**  
**01792 530783**

## Le service de réseau à Penderi

**Le Pharmacien de réseau** – Revue des Médicaments / Information  
**Travailleur du Secteur** – Soutien à l'enfance et à la famille  
**Clinique des Soignants** – Dans les cliniques locales. Appeler: 01792 653344  
**L'entraide sociale** – Dans les cliniques locales. Appeler: 01792 474882

**Soutien aux demandeurs d'asile** – Contacter Zinab Battar @ EYST 01792 466980

## Arrêter de fumer

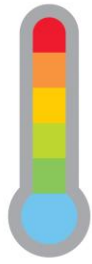
**Appeler Aidez-moi à arrêter**

**GRATUIT**

**0800 085 2219**

Séances de groupe au Centre Medical de Fforestfach

# Qui dois-je voir?



**Dewis  
doeth  
Choose  
well**

**Si vous n'êtes pas bien ou si vous êtes blessé,  
choisissez le bon service du NHS**



Les cabinets de médecins à travers le Pays de Galles ont plus de 19 millions de consultations chaque année; ce n'est pas surprenant que les patients trouvent parfois difficile d'avoir un rendez-vous.

Les cabinets ont du mal à gérer la demande des patients pour un rendez-vous et à présent ils ont peu de capacités pour résoudre cette question.

Les cabinets au Pays de Galles font face au défi de pourvoir le niveau le plus élevé de soins de santé primaires avec des ressources très limitées.

Cette notice décrit la façon dont nous pouvons ensemble atteindre cet objectif.

---

**Cela veut-il dire que je ne dois pas téléphoner à mon docteur?  
Absolument pas!**

Les médecins veulent utiliser leurs compétences et leur expertise avec les patients qui en ont le plus besoin.

Beaucoup de médecins ont maintenant commencé un système de triage téléphonique permettant aux docteurs de parler à leurs patients au téléphone afin d'évaluer les besoins du patient pour lui donner un rendez-vous. Avec ce système en place ils peuvent aider plus de patients par jour.

Votre docteur peut suggérer de voir un autre professionnel de santé plus adapté à vos besoins.

## Information en ligne sur la santé

Choose Well – <http://www.choosewellwales.org.uk/home>

Public Health Wales - <http://www.publichealthwales.wales.nhs.uk/>

- <http://nww.immunisation.wales.nhs.uk/home>

ABMU Swansea - <http://www.abm.wales.nhs.uk/>

NHS Direct - <https://www.nhs.uk/pages/home.aspx>

Health City Directory - <http://www.healthcitydirectory.co.uk/>