

## Les urgences, c'est pas une évidence !

En période hivernale, les tensions dans les services d'urgence sont amplifiées, entre autres avec la circulation des virus de l'hiver. Plus que jamais, en périodes de congés, il est important d'adopter les bons réflexes en cas de besoins de soins immédiats.

Les services des urgences ont vocation à accueillir des patients dont l'état de santé requiert des soins rapides et adaptés dont l'absence mettrait en jeu leur pronostic vital ou pourrait conduire à l'altération grave et durable de leur état de santé.

Avoir rapidement besoin de soins n'est pas forcément synonyme de passage systématique aux urgences.

### Mes réflexes avant de me déplacer aux urgences

1. Je prends conseil auprès de mon médecin ou de mon pharmacien
2. Je trouve un lieu de consultation sans rendez-vous
3. J'appelle le 15 (ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes)

Si j'ai besoin de soins immédiats, j'appelle en priorité mon médecin traitant. Si je n'en ai pas ou qu'il n'est pas disponible, je trouve un lieu de consultations sans rendez-vous près de chez moi. Plusieurs types de structure de soins sont susceptibles de pouvoir vous accueillir (centre de santé, maison de santé, maisons médicales de garde, etc.), **consultez la carte interactive sur le site de l'Agence régionale de santé** pour vous aider.

En dernier recours, et avant de vous déplacer aux urgences, appelez le 15. Le centre 15 vous orientera selon votre état et votre besoin de prise en charge. Vous pourrez bénéficier de conseils médicaux par téléphone et/ou être orienté vers une consultation ou un service d'urgences, le cas échéant.

Vous avez prévu de profiter de la montagne pour pratiquer des sports d'hiver ? suivez les recommandations des médecins de montagne : <https://www.mdem.org/prevention-sport-dhiver>

En Auvergne-Rhône-Alpes, 80 cabinets de montagne peuvent vous recevoir en cas de besoin de soins.

**De nombreuses situations ne justifient pas de se rendre aux urgences. Vous aussi, adoptez les bons réflexes cet hiver et faites passer le message autour de vous !**

Plus d'informations sur le site internet de l'ARS Auvergne-Rhône-Alpes :

<https://www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr/les-urgences-cest-pas-une-evidence-0>

