

# Quoi faire si vous avez un problème de santé



## Aide-mémoire pour la population de Chaudière-Appalaches

Mise à jour : septembre 2021

**Vous présentez des symptômes d'allure grippale (fièvre, toux, mal de gorge, diminution du goût ou de l'odorat), de gastroentérite (nausées, vomissements, diarrhée) ou s'apparentant à ceux de la COVID-19.**

### Vous avez des symptômes sévères

Grande faiblesse, difficultés respiratoires, douleurs musculaires importantes ou confusion.

Rendez-vous à l'**urgence** de votre territoire ou faites le **911**.

### Vous avez des symptômes légers

**NE VOUS PRÉSENTEZ PAS DIRECTEMENT DANS UNE URGENCE, UN GMF OU UNE CLINIQUE MÉDICALE.**

- Faites votre autoévaluation en utilisant l'outil d'autoévaluation des symptômes de la COVID-19 ([covid19.quebec.ca](https://covid19.quebec.ca)) **ou**
- Contactez le **1 877 644-4545**.

#### Si vous avez eu un dépistage :

- Résultat **positif** : la Santé publique vous contactera.
- Résultat **négatif** : consultez le guide d'autosoins ([quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19](https://quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19)).

**À la suite d'un dépistage négatif ou pour toute autre raison, si vous avez toujours des inquiétudes, consultez un professionnel de la santé.**

**Vous avez un autre problème de santé et vous êtes un cas confirmé de la COVID-19.**

- Si votre condition est **sévère**, présentez-vous à l'**urgence** de votre territoire ou faites le **911**.

#### Si votre condition n'est pas sévère :

- Contactez votre GMF ou clinique médicale, en avisant le personnel de votre condition médicale.
- Sinon, composez le **811**.

**Vous désirez consulter un professionnel de la santé.**

- Consultez votre pharmacien.
- Si vous avez un **médecin de famille** ou si vous êtes suivi par une **infirmière praticienne**, contactez votre **GMF** ou votre **clinique médicale**.
- Si vous n'avez pas de médecin de famille, contactez un GMF ou une clinique médicale près de chez vous (voir la liste sur [www.cisssca.com](http://www.cisssca.com)).

**Merci de votre collaboration!**

Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de Chaudière-  
Appalaches

Québec