

Getting Medical Care

It can be hard to know where to go to get medical care. Choices include:

- A doctor's office, health clinic, free clinic or health department
- Urgent Care
- Emergency Department (ED)

Use these tips as a guide:

- **Go to your doctor's office or clinic** for:
 - Routine check ups
 - Minor injuries or illnesses such as colds, coughs, earaches, sore throats, headaches, and muscle or joint problems
 - Immunizations
 - TB skin testing
 - Sexual health problems
 - Managing high blood pressure, diabetes, high blood cholesterol, asthma, thyroid problems or seizures

Routine check ups can help prevent serious illnesses. Some doctor's offices or clinics have programs to help people with the costs of health care.

- **Go to an urgent care** for more serious injuries and illnesses. This includes vomiting or diarrhea that lasts more than one day and cuts that need stitches. These places may be open on weekends or later in the day when your doctor's office or clinic is closed.

الحصول على الرعاية الطبية

قد يكون من الصعب معرفة المكان الذي تتوجه إليه للحصول على الرعاية الطبية. تضم الخيارات:

- مكتب الطبيب أو عيادة الصحة أو العيادة المجانية أو قسم الصحة
- رعاية الطوارئ
- قسم الطوارئ (ED)

استخدم هذه النصائح كدليل:

- **اتجه إلى مكتب الطبيب أو عيادته في الحالات التالية:**
 - إجراء الفحوصات الدورية
 - الإصابات غير الحادة أو الأمراض مثل نزلات البرد والسعال وآلام الأذن والتهاب الحلق وآلام الرأس والعضلات والمفاصل
 - اللقاحات
 - اختبار الجلد لمرض السل
 - وجود مشاكل تتعلق بالصحة الجنسية
 - التحكم في ارتفاع ضغط الدم أو داء السكري أو ارتفاع كوليسترول الدم أو أزمة الربو أو مشاكل الغدة الدرقية أو النوبات الفجائية

يمكن أن تساعد الفحوصات الدورية على الوقاية من الأمراض الخطيرة. مكاتب بعض الأطباء أو عياداتهم بها برامج لمساعدة الأفراد في تكاليف الرعاية الصحية.

- **اتجه إلى رعاية الطوارئ في حالة الإصابات أو الأمراض الخطيرة.** يضم ذلك القيء أو الإسهال الذي يستمر لأكثر من يوم واحد والجروح التي تحتاج إلى غرز (خياطة). تفتح هذه الأماكن أبوابها أمام النزلاء في عطلات نهاية الأسبوع أو في الساعات المتأخرة في الوقت الذي يكون فيه مكتب الطبيب أو عيادته مغلقة.

- **Call 911 to take you to the Emergency Department (ED) of a hospital right away if you have:**

- Chest pain
- Trouble breathing or shortness of breath
- Bleeding that will not stop
- Numbness in the face, arm or leg or trouble speaking
- Sudden dizziness, weakness, or change in vision
- Sudden or severe pain
- Sudden or unexplained loss of consciousness
- Confusion
- High fever with a stiff neck, confusion or a hard time breathing
- Coughing up or vomiting blood
- Active seizures
- Broken bones
- Vomiting or diarrhea where there is no urine for more than 8 hours

Also for babies and young children call 911 or go to the ED right away if:

- They will not wake up easily.
- Their lips turn blue.
- They have problems breathing.
- They have a temperature above 100 degrees F taken under the arm.

Emergency care is for very serious and life threatening problems. Going to emergency care for other problems can be very costly and can take a lot of time.

• **اتصل ب خط الطوارئ 911 لتحويلك على الفور إلى قسم الطوارئ (ED) في المستشفى إذا كنت تعاني من:**

- ألم في الصدر
- صعوبة التنفس أو ضيق التنفس
- النزيف المستمر
- تتميل الوجه أو الذراع أو الساق أو مشاكل في التحدث
- دوار مفاجئ أو ضعف أو تغير الرؤية
- ألم مفاجئ أو حاد
- فقدان الوعي بشكل مفاجئ أو غير مبرر
- الإصابة بالارتباك
- ارتفاع درجة الحرارة مع تيبس العنق أو الإصابة بالارتباك أو صعوبة التنفس
- السعال المصحوب بالدم أو تقيؤ الدم
- النوبات المفاجئة
- كسور بالعظم
- القيء أو الإسهال مع عدم التبول لمدة تزيد على 8 ساعات

أما بخصوص الرضع والأطفال الصغار أيضاً، اتصل بـ911 أو توجه إلى قسم الطوارئ على الفور في حالة:

- عدم قدرتهم على الاستيقاظ بسهولة.
- تلون شفثهم باللون الأزرق.
- معاناتهم من مشاكل في التنفس.
- زيادة درجة حرارتهم على 37.7 درجة مئوية (100 فهرنهايت) عند قياسها تحت الإبط.

رعاية الطوارئ مخصصة للمشاكل الصحية الخطيرة التي تهدد الحياة. التوجه إلى رعاية الطوارئ للمشاكل الصحية الأخرى مكلف للغاية، وقد يستغرق وقتاً طويلاً.

1/2007. Developed through a partnership of Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.