

Le 9 janvier 2026

COMMUNIQUE DE PRESSE

Gironde :

rappel des bons réflexes pour une garantir une prise en charge adaptée par le système de santé

La situation épidémique actuelle, conjuguée au mouvement social des médecins, entraîne une **augmentation des tensions pour les structures et professionnels de santé de Gironde**. Il est important de rappeler **les bons réflexes pour une bonne utilisation du système de santé** afin que chacun soit pris en charge au bon endroit et au bon moment :

1. **Consulter son médecin traitant en priorité** : en cas de besoin qui ne peut attendre, **le premier réflexe doit être de consulter votre médecin traitant. Si votre médecin traitant n'est pas disponible actuellement**, ou si vous n'en avez pas, plusieurs solutions s'offrent à vous : consulter un autre médecin généraliste, demander conseil à un pharmacien, recourir à une téléconsultation ou utiliser une plateforme de prise de rendez-vous médicaux...
2. **Téléphoner avant de se déplacer, en veillant au bon usage du SAMU/centre 15 – service d'accès aux soins et des Services d'Urgences** : en cas de problème de santé imprévu en journée ou lorsque les cabinets médicaux sont fermés, **le bon réflexe est toujours de prendre contact par téléphone** afin d'être orienté vers la solution la plus appropriée et d'éviter des déplacements inutiles, notamment vers les services d'Urgences.

En fonction du besoin de prise en charge, **l'appel au 15** (SAMU/centre 15 – service d'accès aux soins) permet d'être orienté, grâce à collaboration étroite entre les professionnels de santé de ville et de l'hôpital et la régulation des contacts, vers :

- **Un conseil médical au téléphone,**
- **Le Service d'accès aux soins (SAS)** : lorsque la situation ne relève pas des urgences, mais que le patient doit être orienté vers un médecin de ville, un rendez-vous peut être proposé avec un médecin de garde ou avec un médecin en journée dans un délai de 24 à 48 heures, grâce à une permanence des soins organisée par les médecins libéraux,
- **Un Service d'Urgences d'un hôpital ou d'une clinique ou l'envoi d'une équipe médicale sur place** : lorsque la situation nécessite une prise en charge immédiate.

Le bon usage du SAMU/centre 15 – Service d'accès aux soins et des Services d'Urgences :

- **Les équipes du 15 et des Services d'Urgences se mobilisent toujours en priorité pour les situations les plus graves** nécessitant une prise en charge immédiate. Le 15 doit être utilisé à bon escient, et parfois avec patience en période de tension hospitalière, pour les demandes qui ne relèvent pas d'urgences vitales.
- **Il n'est pas utile d'appeler le 15 et ou de se déplacer pour des situations non urgentes**, par exemples : un certificat médical sportif, un renouvellement d'ordonnance, une vaccination, une prolongation d'arrêt de travail, la réalisation de radios ou examens complémentaires sans prescription du médecin traitant, un test de grossesse sans symptômes pathologiques, etc....
- **Virus de l'hiver : le premier réflexe c'est de se protéger davantage !**
La prévention, c'est du bon sens... et c'est indispensable pour nous protéger et protéger nos proches. C'est aussi un geste de solidarité envers les personnes les plus fragiles et envers nos soignants.

Les **5 gestes simples et accessibles à tous**, que tout le monde les connaît mais qu'il faut les appliquer davantage :

1. **Se vacciner** contre la grippe, le covid ou la bronchiolite,
2. **Porter un masque lorsque l'on est malade,**
3. **Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique.**
4. **Tousser ou éternuer dans son coude** ou dans un mouchoir et **se moucher dans un mouchoir à usage unique et le jeter.**
5. **Aérer les pièces** régulièrement pendant au moins 10 min.

En adoptant ces réflexes simples, chacun contribue à limiter la propagation des virus et à garantir un accès aux soins pour tous pendant cette période où notre système de santé est particulièrement sollicité. **Prenons soin de nous et des équipes soignantes qui restent mobilisées pour notre santé.**

Contact presse

ARS Nouvelle-Aquitaine
06 65 24 84 60

ars-na-communication@ars.sante.fr