



Amb l'hivern **arriben els refredats i la grip** i la necessitat de consultar el metge de forma ràpida: **què pots fer per evitar esperes innecessàries?**

- Truca al **061 CatSalut Respon** i un professional sanitari t'aconsejarà, a qualsevol hora del dia, tots els dies de l'any.
- Pots anar al teu CAP, sense tenir hora de visita, i allà et visitaran d'urgència.
- Fora de l'horari del CAP et pots adreçar a un centre d'atenció continuada, que estan oberts 24 hores. Al web www.csdm.cat trobaràs el més proper a casa teva.



Val la pena vacunar-se?

SÍ, és la millor manera de prevenir el contagi. La grip pot causar complicacions greus en persones amb malalties greus o cròniques, o en gent gran. De fet, al voltant del 70% de les persones que han hagut de ser hospitalitzades greus per la grip a Catalunya no estaven vacunades.



Els antibiòtics curen la grip?

No, cap medicament cura la grip ni el refredat. Els analgèsics i els antitèrmics (paracetamol) només alleugen o escurcen els símptomes.



Què puc fer si tinc la grip o un refredat?

- Beure sovint (no alcohol)
- No fumar
- Descansar i fer repòs
- Prendre caramels sense sucre si et fa mal la gola



Quan haig d'anar al metge?

La grip i el refredat es curen sols en una o dues setmanes amb persones amb bon estat de salut. De fet, només caldria que anassis al metge si

- No millores a partir del quart dia
- Tens ofec
- Ets una persona gran o amb malaltia crònica
- La persona malalta és un infant petit

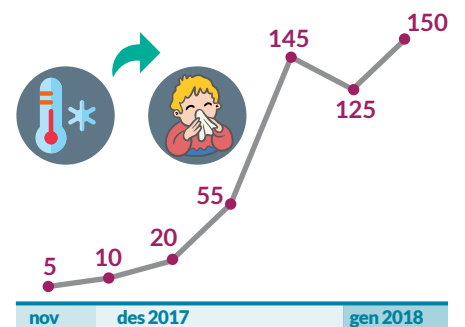


Si vaig a Urgències, hauré d'esperar molt?

- Els casos greus s'atenen sempre de forma immediata. **Els pacients que s'esperen són els menys greus.**
- Pots consultar l'espera al Servei d'Urgències de l'Hospital de Mataró en temps real a www.csdm.cat

Més fred, més grip

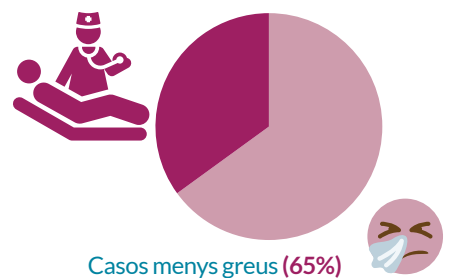
Nombre de visites ateses als centres sanitaris catalans (per 100.000 habitants).



Evitar cues innecessàries

El **65%** del casos que s'atenen al Servei d'Urgències de l'Hospital de Mataró es podrien resoldre als centres d'atenció primària.

Casos més greus (35%)



Abans d'anar a les urgències d'un hospital, **truca sempre al 061 CatSalut Respon**



A prop teu

www.csdm.cat
Tel. 93 741 77 00
comunicacio@csdm.cat

1.600 professionals | 12 centres

Tots els nivells d'atenció sanitària:

- 3 centres d'atenció primària + 5 consultoris locals
- 1 hospital d'aguts
- 1 hospital sociosanitari
- 1 residència geriàtrica assistida
- 1 centre especialitzat en salut mental

I també:

- Neonatologia
- Hospitalització i atenció a domicili
- Hospitals de dia (120 places)
- Programa pacient expert
- Cures pal·liatives i PADES