

Guide des patients

Le système de santé dans les États-Unis est composé d'un mélange complexe des assureurs, des hôpitaux, et du personnel médical, mais il est peut être difficile à comprendre et les frais associés peuvent être très hauts. Ce guide de patient vous aidera à naviguer le système de santé pour obtenir rapidement les soins de santé dont vous aurez besoin aux frais abordables.

1. Pour commencer

Est-ce que votre condition est émergente, urgente, ou systématique?

- Si votre condition est émergente (mortelle), composez immédiatement le 9-1-1 pour aller à la salle d'urgences de l'hôpital.
 - Des exemples incluent les crises cardiaques, les accidents vasculaires cérébraux, les blessures par balle, les accidents de voiture majeurs, les fractures osseuses, l'appendicite, les réactions allergiques sévères, les saignements incontrôlables, le traumatisme crânien, ou les vomissements incontrôlables.
- Si votre condition est urgente (c'est-à-dire, elle doit être traitée en 24 heures), allez à un centre de soins d'urgence ou à la salle d'urgence de l'hôpital. Rappelez qu'en générale il coûtera moins cher d'aller à un centre de soins d'urgence, mais si votre condition est émergente, vous pourriez être transféré à une salle d'urgences de l'hôpital.
- Si la raison de votre visite est routine (peut être traitée en quelques semaines), prenez un rendez-vous avec un médecin traitant, qui se concentre sur les soins préventifs, le diagnostic des conditions, et la gestion des maladies aiguës et chroniques. Certains plans (formules) d'assurance maladie exigent que vous consultiez un médecin traitant avant de consulter un spécialiste.

2. Trouver un médecin

Avez-vous de l'assurance maladie?

- Si vous n'avez pas d'assurance maladie, vous devriez envisager de visiter un centre de santé communautaire (gratuits ou peu coûteux), des cliniques sans rendez-vous, ou des cliniques « cash only » (qui n'acceptent que les paiements en espèces).
 - Vous pouvez trouver des cliniques gratuites ou à faible coût par l'aide de l'outil de recherche fourni par le [National Association of Free and Charitable Clinics](#).
 - Vous pouvez trouver des prix comptants pour [les visites de nouveau patient](#) ou [les visites d'urgence](#) à Turquoise Health. Assurez-vous de cliquer sur « Sort by cost », pour que vous voyiez d'abord les options à faible coût.
 - Vous pouvez aussi appeler les cliniques et les centres de soins d'urgence pour déterminer les prix relatifs de vous options locales. Pour trouver un médecin, essayez d'utiliser l'outil [Doctor Finder](#) de l'U.S. News & World Report.

- Si vous prévoyez de résider aux États-Unis, envisagez vos options d'assurance maladie chez au site [HealthCare.gov](https://www.healthcare.gov).
- Si vous avez de l'assurance maladie, il faut téléphoner à votre assurance maladie afin de trouver un centre de soins d'urgence ou un médecin qui acceptera votre assurance maladie. Cela peut réduire considérablement vos frais médicaux, mais assurez-vous de téléphoner au médecin afin de confirmer votre couverture d'assurance.
 - Demandez à la clinique, « Do you accept this plan ? » (Est-ce que vous acceptez cette formule ?). Assurez-vous de leur nommer votre plan précis, pas juste le nom de votre assurance.
 - Vous pouvez aussi demander à vos collègues et vos pairs si vous obtenez votre assurance maladie à votre université ou travail ; ils pourraient avoir la même couverture d'assurance maladie.

Est-ce que vous préféreriez voir un médecin particulier?

- Si vous voudriez voir un médecin qui parle une autre langue, nous sommes en train de développer un outil de recherche pour vous aider.
- Envisager de vérifier les commentaires en ligne, en gardant à l'esprit que les gens pourraient être plus enclins à commenter les expériences négatives que les expériences positives.
- Les hôpitaux et les cliniques grands auront plus de médecins disponibles qui pourront vous offrir un deuxième avis immédiat si votre médecin n'est pas sûr de votre condition.
- Recherchez vos options de transport avec [Google Maps](https://www.google.com/maps).


Dès que vous avez choisi un médecin, vous pouvez téléphoner ou envoyer un mail au médecin afin de prendre un rendez-vous. Chez votre médecin, il est possible (mais pas garanti) qu'il y ait des consultations sans rendez-vous disponibles. Dès que vous avez pris un rendez-vous, assurez-vous d'écrire la date, l'heure, et la location afin de s'en souvenir.

Rappelez qu'il y a beaucoup de variation entre les délais d'attente des rendez-vous selon le médecin, la clinique, et la spécialité. Il pourrait être obligatoire de téléphoner à plusieurs médecins ou cliniques afin de trouver une date et une heure qui marche pour vous.

3. Arriver à votre rendez-vous

Comment rencontrer le médecin?

- Si vous rencontrez le médecin en ligne, assurez-vous d'avoir un appareil numérique (un ordinateur, un smartphone, une tablette) qui a le logiciel de réunion en ligne, la caméra, et le microphone nécessaires pour le rendez-vous.
- Si vous allez chez le médecin en présentiel, assurez-vous de vérifier la route sur [Google Maps](https://www.google.com/maps) afin de déterminer combien de temps qu'il le faudra pour y arriver.

- Si vous avez une voiture, notez votre estimation de trajet et vérifiez s'il y a du parking à proximité.
- Si vous n'avez pas de voiture, envisagez d'utiliser les transports publics ou un service de covoiturage comme Uber ou Lyft. [Google Maps](#) fournit des directions pour utiliser les transports publics ( Transit) pour que vous puissiez planifier votre itinéraire et le temps qu'il faut pour arriver chez le médecin. Rappelez qu'une visite de soins primaires dure typiquement jusqu'à 20 minutes, mais il est possible que votre visite dure plus ou moins longtemps.

Prévoyez d'arriver quelques minutes en avance, surtout si vous arrivez par moyen des transports publics ou d'un service de covoiturage, au cas où il y ait des délais. Si c'est votre première visite, prévoyez d'arriver au moins 15 minutes en avance pour remplir les formalités.

4. Chez le médecin

Il est important de décrire complètement vos symptômes afin que le médecin puisse diagnostiquer votre condition avec précision, prescrire le bon traitement, et vous aider à guérir sûrement et rapidement.

- Écrivez vos symptômes et la date où ils sont apparus avant de votre rendez-vous. Employez le vocabulaire précis, détaillé, et descriptif.
 - Est-ce que les symptômes sont constants ? Sinon, quand est-ce que vous les éprouvez ?
 - Est-ce qu'il y a quelque chose qui soulage ou aggrave vos symptômes ?
 - Est-ce que les symptômes affectent vos activités quotidiennes ?
- Écrivez tous vos médicaments (les médicaments en vente libre, les remèdes à base de plantes, ou les suppléments). Notez si vous en avez fait des réactions allergiques.
- Il est possible que votre visite ne dure pas assez longtemps pour discuter tous vos problèmes de santé, donc il faut en privilégier les trois les plus importants.

À quoi s'attendre chez le médecin:

- Enregistrez-vous à la réception et confirmez vos informations personnelles, telles que votre adresse postale, votre numéro de téléphone, et votre couverture d'assurance maladie.
- Vous pourriez voir plusieurs médecins (ou des infirmiers-praticiens, des assistants médicaux, etc.) bien qualifié, surtout si votre rendez-vous est imprévu.
- Soyez flexible si votre médecin est en retard. Il est possible qu'il soit toujours avec un autre patient ou qu'il remplisse des documents pour chaque visite. Vous pouvez apporter un mot croisé ou un livre avant votre rendez-vous.
- Si vous ne pouvez pas vous absenter du travail pendant la semaine, il y a plusieurs cliniques qui sont ouvertes le week-end.

- Si votre médecin recommande des procédures ou des examens, assurez-vous que votre assurance maladie les couvre. Sinon, discutez-en avec le bureau de facturations pour déterminer les frais.

5. Après votre visite

Si vous recevez un diagnostic ou si votre médecin développe un plan de traitement pour vous, vous trouverez ci-dessous des ressources pour en savoir plus. Plusieurs encyclopédies qui sont faciles à lire peuvent vous aider à mieux comprendre votre diagnostic ou votre traitement.

Les diagnostics

- [Doctissimo- Encyclopédie Médicale](#)
- [Institut National du Cancer](#)
- [PasseportSanté](#)

Traitements:

- [Doctissimo- Encyclopédie Médicale](#)
- [Institut National du Cancer](#)

Auteur: Mia Williams (Brown University)

Les évaluateurs (Français):

- *Dr. Susan Clemens, MD (Family Medicine, Lifespan Physician Group Urgent Care)*

Les évaluateurs (Anglais):

- *Dr. Robert Rohrbaugh, MD (Global Health Education & Psychiatry, Yale University)*
- *Dr. J. Austin Lee, MD, MPH (Emergency Medicine, Brown University)*
- *Dr. Anne Brancaccio, MD (Internal Medicine, UT Southwestern)*
- *Dr. Susan Clemens, MD (Family Medicine, Lifespan Physician Group Urgent Care)*

Disclaimer: Medical Literacy and Access Project n'a pas d'intérêt financier ou autre à divulger.

Ressources

Voilà des ressources supplémentaires que nous avons consultées afin de créer ce guide. Nous recommandons que vous les lisiez.

Trouver un médecin

- [Mon guide santé aux États-Unis](#)
- [Choisir son médecin de famille aux États-Unis](#)

Expliquer vos symptômes

- [Comment décrire ses symptômes au médecin](#)
- [Ressources Santé](#)

À quoi s'attendre

- [Mon guide santé aux USA](#)