



International Parkinson and  
Movement Disorder Society

# Հեռուստաբժշկության այցի պատրաստում: Էական փաստեր հիվանդների համար:

## Ինչ է հեռուստաբժշկության այցը?

Հեռուստաբժշկությունը բժշկական պրակտիկա է հեռավորության վրա: Մովորաբար դա արվում է համակարգչով կամ հեռախոսով վիդեո գրուպով: Մի վայրում գտնվող բժիշկը օգտագործում է հեռախոս կամ համակարգիչ, որպեսզի մեկ այլ վայրում գտնվող հիվանդին օգնություն ցույց տա: Բժիշկը սովորաբար իր աշխատասենյակում է, իսկ հիվանդը իրենց տանը: Այս վիրտուալ այցերը կարող են աշխատել ինչպես մեծահասակների, այնպես էլ երեխաների համար:

## Որոնք են օգուտները?

Հեռուստաբժշկությունը ձեր բժշկին դիմելու հարմար ճանապարհ է: Դուք կարող եք լավ այց ունենալ բժշկի հետ, առանց կլինիկա այցելելու: Հաճախ սթրեսը և ջանքերը ավելի քիչ են լինում և չկա ճանապարհածախս:  
Հեռուստաբժշկությունը կարող է օգտակար լինել տարեցների կամ տկարների համար և օգտակար է, եթե բժշկի գրասենյակը հեռու է: Այն նաև թույլ է տալիս շարունակական բժշկական օգնություն համաճարակային կամ այլ արտակարգ իրավիճակներում, որոնք կարող են սահմանափակել ճանապարհորդությունը:

## Որոնք են սահմանափակումները?

Հեռուստաբժշկությունը լավ չէ բժշկի բոլոր այցելությունների համար: Նյարդաբանական քննությունները բարդ են և կարող են պահանջել անձամբ այցելություն: Երբեմն քննությունները կարող են իրականացվել հատուկ տեղակայված հեռավոր տեղում կամ հեռուստաբժշկության կենտրոնում: Այս կայքերում կան պատրաստված բժշկական մասնագետներ, ովքեր կարող են անձամբ աջակցել վիդեո քննությանը: Եթե հեռուստաբժշկության այցի համար օգնության կարիք ունեք, ձեր առողջապահական ծառայություններ մատուցողը կարող է ձեզ համար առաջարկություն ներկայացնել:

Ժամանակ առ ժամանակ տեխնիկական խնդիրները կարող են դժվարացնել բժշկի հետ կապվելը, կամ բժշկին տեսնելը ու լսելը: Գաղտնիության հետ կապված մտահոգությունները կամ սովալների արտահոսքի ռիսկը կարող են մտահոգիչ լինել որոշ հիվանդների համար:

## Որտեղ կարող եմ ունենալ հեռուստաբժշկության այց?

Վիրտուալ այցերը կարող են իրականացվել այնտեղ, որտեղ դուք ապրում եք (տանը, ծերանոցում և այլն), կամ ձեր տանը մոտ գտնվող հեռուստաբժշկության կենտրոնում:

## Ինչպիսի այցեր կարելի է կատարել հեռուստաբժշկության միջոցով?

Հեռուստաբժշկության այցերը կարող են օգտագործվել առողջապահական ծառայությունների բազմաթիվ տեսակների համար, ներառյալ՝

- Պլանային - հսկիչ այցելություններ
- Նոր խորհրդատվություններ
- Շտապ այցեր
- Կրթական կամ հետազոտական այցեր

Այս այցերը միշտ չէ, որ լինում են միայն բժիշկների հետ: Վիրտուալ այցերը կարող են լինել նաև բուժքույրերի, ֆիզիոթերապևտների, աշխատանքային թերապևտների կամ լոգոպեդների, հոգեբույժների, գենետիկական խորհրդատուների, այլ տիպի մասնագետների հետ:

## Ինչ ապարատային (վիդեոտեխնիկա) է պետք?

Սմարթֆոնը, պլանշետային սարքը, նոութբուքը կամ սեղանադիր համակարգիչը սովորաբար այն ամենն է, ինչ ձեզ հարկավոր է վիդեո այցի համար: Այն պետք է ունենա վեբ-խցիկ, բարձրախոս (ներ) և խոսափող: Դուք պետք է ունենաք նաև բարձր արագության (լայնաշերտ) ինտերնետ կապ:

## Ինչ ծրագիր է ինձ պետք?

Առողջապահական ծառայություններ մատուցող ընկերությունը սովորաբար խորհուրդ է տալիս հատուկ ծրագրակազմ ձեր այցի համար: Ընտրությունը կարող է կախված լինել նրանց նախընտրությունից: նրանք, ամենայն հավանականությամբ հաշվի կառնեն զաղտնիության և անվտանգության խնդիրները և մատչելիությունը: Եթե դուք չունեք անհրաժեշտ ծրագրակազմը, սովորաբար կարող եք հեշտությամբ և անվճար ներբեռնել այն ձեր համակարգչում :



# Հեռուստաբժշկության այցի պատրաստում: Էական փաստեր հիվանդների համար:

## Ինչպես պետք է նախապես պատրաստվեն վիրտուալ այցին?

Ձեզանից կարող է պահանջվել փորձնական թեստավորում նախքան ձեր պայմանավորվածությունը, համոզվելու համար, որ ամեն ինչ ճիշտ է աշխատում: Փորձեք օգտագործել լավ լուսավորված սենյակ՝ բավարար տարածությամբ և գաղտնիությամբ: Հնարավորության դեպքում սահմանափակեք ֆոնի խառնաշփոթը, հայլիներից և պատուհաններից արտացոլումը, ֆոնային աղմուկն ու շեղումները: Փորձեք խուսափել ակերով աթոռներից, որոնք կարող են մեծացնել ձեր ընկնելու ռիսկը: Ահա որոշ խորհուրդներ՝

- Տեղադրեք մեկ աթոռ տեսախցիկից 2-3 ֆուտ հեռավորության վրա, և երկրորդ նստատեղ 8-10 ֆուտ հեռավորության վրա, մարմնի ամբողջական քննության համար:
- Նստեք դեմքով դեպի լույսը, այլ ոչ թե լույսը ձեր հետևում:
- Օգտագործեք տուփ կամ գրքերի շարան, անհրաժեշտության դեպքում ձեր սմարթ սարքին աջակցելու համար:
- Ունեցեք միջանցք կամ բաց տարածք, որտեղ բժիշկը կարող է հետևել ձեր քայլերուն:

## Ինչ է ինձ հարկավոր այցի ընթացքում?

Անպայման ունեցեք՝

- Ձեր ընթացիկ դեղերի և դեղաչափերի ցուցակը
- Ձեր հիմնական մտահոգությունների և հարցերի ցուցակը
- Գրիչ և թուղթ (հրահանգները գրելու համար)
- Երկրորդ անձ, եթե հասանելի է, վիդեոյի հետ օգնելու համար (նրանք կարող են նաև անհրաժեշտության դեպքում օգնել ձեզ կանգնել և քայլել)

## Ուրիշ ինչ կարող եմ ակնկալել?

Ձեր առողջության կլինիկայի աշխատակիցները կարող են ձեզանից պահանջել՝

- Հաստատել ձեր ինքնությունը (անուն, ծննդյան ամսաթիվ):
- Ապահովել համաձայնություն:
- Նշեք, որ դուք ունեք ընտրություն հեռուստաբժշկության և գրասենյակային խնամքի միջև:

## Ինչ կլինի, եթե խնդիր կա?

Առողջապահության գրասենյակը կարող է ունենալ օժանդակ անձնակազմ՝ տեխնիկական խնդիրների լուծման համար: Տեսողության կամ ձայնի հետ կապված լուրջ խնդրի դեպքում հեռախոսազանգը կարող է օգտագործվել պահուստավորման համար: Անհրաժեշտության դեպքում հանդիպումը կարող է վերանշանակվել:

## Ինչպես եք ավարտում հեռուստաբժշկության այցը?

Օգտակար է պարզեցնել ծրագիրը / հետագա քայլերը ձեր հեռուստա-առողջության մատակարարի հետ: Հետագոտողը կփաստաթղթավորի այցը և կկապնվի ձեր առաջնային խնամքիկամ ուղեգրող բժշկի հետ: Խնդրում եմ նկատի ունենալ, որ դեղերի դեղատոմսերը կարող են դուրս գրվել հեռախոսով, ֆաքսով, էլեկտրոնային կամ սովորական փոստով կամ էլեկտրոնային կերպով նշանակվել ձեր խորհրդատվությունից հետո: