



Se préparer à une consultation de télémédecine: les faits essentiels pour les patients

QU'EST-CE QU'UNE CONSULTATION DE TÉLÉMÉDECINE?

La télémédecine est la pratique médicale à distance. Cela se fait habituellement par chat vidéo sur ordinateur ou sur téléphone. Le médecin se trouvant à endroit donné, utilise un téléphone ou un ordinateur pour prodiguer un soin à un patient se trouvant dans un endroit différent. Le médecin se trouve, habituellement, dans son cabinet et le patient se trouve chez lui. Ces visites virtuelles peuvent se faire aussi bien pour les adultes que pour les enfants.

QUELS SONT LES BÉNÉFICES?

La télémédecine est un moyen pratique de voir votre docteur. Vous pouvez avoir une bonne visite avec votre médecin sans vous déplacer au service. Il y a souvent moins de stress, d'effort et pas de coûts de transport. La télémédecine peut-être utile pour la personne âgée ou fragile. Elle est pratique si le cabinet du médecin est loin. Cela permet aussi des soins médicaux continus durant une pandémie ou autre urgence restreignant les voyages.

QUELLES SONT LES LIMITES?

La télémédecine n'est pas adaptée à toutes les visites médicales. Les examens neurologiques peuvent être complexes et pourraient nécessiter la présence physique du patient pour la visite. Parfois, les visites peuvent s'effectuer dans un site dédié ou un centre de télémédecine. Ces sites ont des personnes de formation médicale qui peuvent aider pour l'examen vidéo. Si vous avez besoin d'assistance pour une visite de télémédecine, votre professionnel de santé peut vous faire une recommandation.

Parfois, à cause de problèmes techniques, il est difficile de se connecter, de voir ou d'entendre le médecin. Les patients peuvent aussi être préoccupés par les problèmes de confidentialité ou de violations de données personnelles.

OÙ PUIS-JE AVOIR UNE VISITE DE TÉLÉMÉDECINE?

Les visites virtuelles peuvent se faire là où vous vivez (domicile, maison de retraite etc.), ou dans un centre de télémédecine proche de chez vous.

QUELS GENRES DE VISITES PEUVENT-ÊTRE FAITS GRÂCE À LA TÉLÉMÉDECINE?

Les visites de télémédecine peuvent être utilisées pour différents services sanitaires dont:

- Visites de suivi de routine
- Premières consultations
- Visites en urgences
- Visites éducatives ou de recherche

Ces visites ne se font pas toujours avec des médecins. Les visites virtuelles peuvent aussi s'effectuer avec des infirmiers, kinésithérapeutes, ergothérapeute, orthophoniste, conseillers en génétique, psychiatres ou autres spécialistes.

DE QUEL MATÉRIEL (ÉQUIPEMENT VIDÉO) AI-JE BESOIN?

Tout ce dont vous avez besoin est un smartphone ou une tablette, un ordinateur portable ou de bureau qui doit disposer d'une webcam, de hautparleurs et d'un microphone. Vous devez aussi avoir une connexion haut-débit.

DE QUEL LOGICIEL AI-JE BESOIN ?

Les professionnels de santé vont généralement recommander un logiciel spécifique pour votre visite. Le choix dépend de leurs préférences. Ils vont probablement prendre en compte les problèmes de confidentialité, de sécurité et de disponibilité. Si vous n'avez pas le logiciel nécessaire, vous pouvez normalement le télécharger sans soucis et sans frais.

COMMENT DOIS-JE ME PRÉPARER À L'AVANCE POUR UNE VISITE VIRTUELLE ?

On pourrait vous demander de faire un essai avant votre rendez-vous pour vous assurer que tout fonctionne correctement. Essayez d'utiliser une chambre bien éclairée avec suffisamment d'espace et d'intimité. Si possible, ne surchargez pas l'arrière-plan, évitez le reflet des miroirs et fenêtres ainsi que les bruits de fond. Essayez d'éviter les chaises roulantes car elles pourraient majorer votre risque de chute. Voici quelques conseils:

- Placer une chaise à environ un mètre de la caméra et une seconde chaise à 2 mètres pour un examen corporel complet
- Asseyez-vous en face d'une lumière plutôt que d'avoir la lumière derrière vous.
- Utilisez, au besoin, une boîte ou une pile de livres pour surélever votre appareil.
- Ayez un couloir ou un espace où votre médecin peut vous voir marcher.

DE QUOI AI-JE BESOIN PENDANT LA VISITE?

Assurez-vous d'avoir:

- Une liste des traitements que vous prenez et leurs doses
- Une liste de vos questions et de vos principales préoccupations
- Un papier et un stylo (pour noter les instructions)
- Une seconde personne, si possible, pour vous aider avec la vidéo (elle peut aussi vous aider à vous lever et marcher si nécessaire)



Se préparer à une consultation de télémédecine: les faits essentiels pour les patients

À QUOI D'AUTRE DOIS-JE M'ATTENDRE?

Votre personnel de santé peut vous demander de:

- Confirmer votre identité (Nom, date de naissance)
- Donner un consentement.
- Déclarer que vous avez le choix entre télémédecine et consultation au cabinet.

QUE FAIRE EN CAS DE PROBLÈME?

Le cabinet médical peut disposer d'une équipe de soutien pour la résolution des problèmes techniques. Un appel téléphonique peut être utilisé en remplacement en cas de soucis majeurs avec la vidéo ou le son. Le rendez-vous peut être reprogrammé au besoin.

COMMENT CONCLURE UNE VISITE DE TÉLÉMÉDECINE?

Il est utile de clarifier le plan/ prochaines étapes avec votre professionnel de santé à distance. L'examineur va consigner la visite et communiquer avec votre médecin traitant ou référent.

Veuillez noter que les prescriptions médicales peuvent être transmises par téléphone, fax, e-mail, courrier ou prescription électronique après votre consultation.