



التحضير لزيارة الطبيب عن بُعد : حقائق أساسية للمرضى

ما هو التطبيب عن بُعد ؟

التطبيب عن بُعد هو ممارسة الطب عن بُعد. يتم ذلك عادة عن طريق المحادثة بواسطة فيديو الكمبيوتر أو الهاتف. يستخدم الطبيب الهاتف أو الكمبيوتر في مكان ما لتقديم الرعاية لمريض في مكان مختلف، وعادة ما يكون الطبيب في عيادته والمريض في منزله. كما يمكن أن تُقدم خدمة هذه الزيارات الافتراضية لكل من البالغين والأطفال.

ما هي مميزات هذه الطريقة ؟

يعد التطبيب عن بُعد وسيلة مناسبة للتواصل مع طبيبك. يمكنك عمل زيارة طبية بشكل ملائم دون الذهاب إلى العيادة مما يقلل التوتر والجهد وتكاليف السفر. يساعد ممارسة الطب عن بُعد كبار السن والضعفاء فهي مفيدة عندما تكون عيادة الطبيب بعيدة كما تسمح بالرعاية الطبية المستمرة أثناء الجائحة أو الطوارئ الأخرى التي قد تُقيد السفر.

ما هي عيوب هذه الطريقة ؟

لا يناسب التطبيب عن بُعد جميع الزيارات الطبية. حيث أن الفحوصات العصبية معقدة وقد تتطلب زيارة شخصية في بعض الأحيان. يمكن إجراء الإختبارات في موقع متخصص في هذا النوع من الفحوصات عن بُعد أو مركز للطب عن بُعد لأنه يوجد في تلك المواقع أشخاص مدربون طبياً يمكنهم تقديم المساعدة الشخصية لك في كيفية استخدام اختبار الفيديو.

إذا كنت بحاجة إلى المساعدة في زيارة التطبيب عن بُعد إسأل مقدم الرعاية الصحية الخاص بك ، فقد يكون لديه توجيه معين لك.

من المحتمل في الوقت الحالي أن تسبب المشاكل الفنية صعوبة في الإتصال أو رؤية أو سماع الطبيب. وقد يقلق بعض المرضى من خطر خرق خصوصيتهم أو بياناتهم.

أين يمكنني عمل زيارة التطبيب عن بُعد؟

يمكنك القيام بهذه الزيارات الافتراضية في المكان الذي تعيش فيه (في المنزل ، أو دار رعاية المسنين ، وما إلى ذلك) ، أو في مركز للتطبيب عن بُعد بالقرب من منزلك.

ما نوع الزيارات التي يمكن إجراؤها باستخدام التطبيب عن بُعد؟

يمكن استخدام زيارات التطبيب عن بُعد لأنواع عديدة من خدمات الرعاية الصحية ، بما في ذلك:

- زيارات المتابعة الروتينية
- الاستشارات الجديدة
- الزيارات العاجلة
- زيارات تعليمية أو بحثية

لا تتم هذه الزيارات دائماً مع الأطباء فقط. بل يمكن أن تكون الزيارات الافتراضية أيضاً مع الممرضات أو المعالجين الفيزيائيين أو المعالجين المهنيين أو معالجين النطق أو الأطباء النفسيين أو مستشاري الوراثة وأنواع أخرى من المتخصصين.

ماهي الأجهزة (معدات الفيديو) التي أحتاجها؟

كل ما تحتاجه في العادة هو هاتف ذكي أو جهاز لوحي أو كمبيوتر محمول أو كمبيوتر يوضع على سطح المكتب. يجب أن يحتوي الجهاز على كاميرا ويب ومكبرات صوت وميكروفون. كما يجب أن يكون لديك أيضاً اتصال إنترنت عالي السرعة (واسع النطاق).

ما البرنامج الذي أحتاجه؟

عادةً ما يوصي مقدمو الرعاية الصحية ببرنامج معين لزيارتك. يعتمد الإختيار على ما يفضلونه من البرامج حيث يؤخذ في الإعتبار المشاكل التي تتعلق بالخصوصية والأمان وتوافر البرنامج. إذا لم يكن لديك البرنامج المطلوب ، فيمكنك عادةً تنزيله على جهاز الكمبيوتر الخاص بك بسهولة وبدون تكلفة.

كيف يمكنني الإستعداد مسبقاً لزيارة افتراضية؟

قد يُطلب منك إجراء اختبار تشغيل قبل موعدك للتأكد من أن كل شيء يعمل بشكل صحيح. حاول استخدام غرفة مضاءة جيداً مع مساحة كافية وخصوصية. قم بالحد من الفوضى في الخلفية والانعكاس من المرايا والنوافذ والضوء الخلفية والمشتتات كلما كان ذلك ممكناً. حاول تجنب الكراسي الدوارة التي قد تزيد من مخاطر السقوط.

واليك بعض النصائح:

- ضع مقعداً على بعد ٢ إلى ٣ أقدام من الكاميرا ومقعداً ثانياً على بعد ٨ إلى ١٠ أقدام لإجراء الفحص الكامل للجسم.
- اجلس في مواجهة الضوء ، بدلاً من وجود ضوء خلفك.
- استخدم صندوقاً أو مجموعة كتب للمساعدة في دعم استقرار جهازك الذكي إذا لزم الأمر.
- تأكد أن لديك متسع أو مساحة مفتوحة يمكن للطبيب أن يراقبك فيها وأنت تمشي.

ما الذي أحتاجه أثناء الزيارة؟

تأكد من حصولك على:

- قائمة الأدوية والجرعات الحالية الخاصة بك
- قائمة الإستفسارات والأسئلة الرئيسية الخاصة بك
- قلم وورقة (لتدوين التعليمات)
- شخص آخر ، إذا كان متاحاً ، للمساعدة في الفيديو (قد يساعدك أيضاً على الوقوف والمشى إذا لزم الأمر)

ماذا أتوقع أيضاً؟

قد يطلب منك موظفو العيادة الصحية ما يلي:

- تأكيد هويتك (الاسم ، تاريخ الميلاد).
- تقديم الموافقة على عمل الزيارة.
- معرفة بأن لديك خياراً بين التطبيب عن بُعد وزيارة الطبيب بالمكتب.

ماذا لو ظهرت مشكلة؟

قد يكون لدى مكتب الرعاية الصحية طاقم دعم للمساعدة في استكشاف المشكلات الفنية وإصلاحها. يمكن استخدام المكالمات الهاتفية كإجراء احتياطي في حالة وجود مشكلة كبيرة في الرؤية أو الصوت. ، و قد يتم إعادة تحديد للموعد إذا لزم الأمر.

كيف تختتم زيارة التطبيب عن بُعد؟

من المفيد توضيح خطة الخطوات التالية مع مقدم الخدمة الصحية عن بُعد الخاص بك. سيقوم الفاحص بتوثيق الزيارة والتواصل مع طبيب الرعاية الأولية أو الطبيب الذي أرسلك. يرجى ملاحظة أن الوصفات الطبية للأدوية يمكن كتابتها لك عبر الهاتف أو الفاكس أو البريد الإلكتروني أو إرسالها بالبريد أو وصفها لك إلكترونياً بعد إتمام زيارتك.