Pulmonary Fibrosis Foundation™

एक सफल टेलीमेडिसिन मुलाकात के लिए जाँचसूची

टेलीमेडिसिन मुलाकात के लिए अपॉइंटमेंट लेने से पहले:

- [ ] टेलीमेडिसिन आपके लिए एक अच्छा विकल्प है या नहीं यह जानने के लिए अपने स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता से बात करें।
- [ ] पूछें कि टेलीमेडिसिन मुलाकातों के लिए आपका स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता किस ऑनलाइन प्रोग्राम या ऐप का उपयोग करता है। सुनिश्चित करें कि आपके पास टेलीमेडिसिन मुलाकात के लिए आवश्यक प्रौद्योगिकी (जैसे कंप्यूटर या स्मार्टफोन) है।
- [ ] यह देखने के लिए कि क्या वे टेलीमेडिसिन मुलाकातों के लिए भुगतान करते हैं, अपने बीमा वाहक से संपर्क करें।
- [ ] यदि आपका बीमा टेलीमेडिसिन मुलाकातों के लिए भुगतान नहीं करता है, तो अपने डॉक्टर के कार्यालय से पूछें कि आपकी लागत क्या होगी और तय करें कि आप इसके लिए भुगतान करेंगे या नहीं।

आपकी मुलाकात से पहले:

- [ ] यदि आप एक देखभालकर्ता या किसी अन्य व्यक्ति को अपने साथ अपनी मुलाकात में शामिल करने की योजना बनाते हैं, तो सुनिश्चित करें कि उनका कार्यक्रम उन्हें उपस्थित होने की अनुमति देता है।
- [ ] यदि आपके स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता ने इसके लिए पूछा है, तो अपॉइंटमेंट-पूर्व टेस्ट (जैसे पल्मोनरी फंक्शन टेस्ट या ब्लडवर्क) पूरा कर लें।
- [ ] निर्णय करें कि आप अपनी मुलाकात के लिए किस उपकरण का उपयोग करेंगे: आपका स्मार्टफोन, टैबलेट या कंप्यूटर।
- [ ] सुनिश्चित करें कि आपका हार्डवेयर, सॉफ़्टवेयर और इंटरनेट कनेक्शन वीडियो मुलाकात को संभाल सकता है।
- [ ] यदि आप किसी ऑनलाइन प्रोग्राम या ऐप का उपयोग कर रहे हैं, तो प्रोग्राम या ऐप के लिए एक उपयोगकर्ता खाता डाउनलोड करें और/या बनाएं।
- [ ] अपने माइक्रोफ़ोन और कैमरे सहित, प्रौद्योगिकी का परीक्षण करें।
- [ ] अपने नुस्खे और डॉक्टर के पर्चे के बिना (नॉन-प्रिस्क्रिप्शन) की सभी दवाओं की एक सूची बनाएं, जिसमें आप प्रत्येक दवा का कितना सेवन करते हैं और दिन के सारे समय शामिल हैं जब आप प्रत्येक दवा लेते हैं।
- [ ] ऐसे किसी भी नुस्खों की सूची बनाएं, जिसके लिए आपके स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता से फिर से भरे जाने के आदेश देने की आवश्यकता है।
- [ ] अपने वर्तमान लक्षणों में से कोई भी लिख लें।
- [ ] अपना वर्तमान वजन, तापमान, ऑक्सीजन स्तर और रक्तचाप (यदि आपको पास पल्स ऑक्सीमीटर और ब्लड प्रेशर कफ है) लिखें।
- [ ] ऐसे किसी भी प्रश्न को लिखें जो आपके अपने स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता के लिए हो सकते हैं।
- [ ] अच्छी रोशनी और भरोसेमंद इंटरनेट कनेक्टिविटी वाला एक शांत, निजी स्थान चुनें।
- [ ] आपकी मुलाकात शुरू होने से ठीक पहले, सुनिश्चित करें कि आपका डिवाइस चार्ज या प्लग इन है और जांच लें कि वॉल्यूम अच्छे स्तर पर है।
- [ ] कुछ मिनट पहले ऑनलाइन प्रोग्राम या ऐप में चेक इन करें।

आपकी मुलाकात के दौरान:

- [ ] स्पष्ट रूप से बोलिए।
- [ ] सुनिश्चित करें कि आपको कैमरे के माध्यम से देखा जा सकता है।
- [ ] आपको मिलने वाले निर्देशों और सिफारिशों पर विस्तृत नोट्स लें।
- [ ] अगर कुछ स्पष्ट नहीं है तो प्रश्न पूछें।
- [ ] अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से अनुवर्तन मुलाकात शेड्यूल करने के बारे में पूछें और यदि आवश्यक हो, तो नुस्खे की रिफिल का अनुरोध करें।
- [ ] मुलाक़ात छोड़ने से पहले, चर्चा की गई अपनी समझ को संक्षेप में प्रस्तुत करें और अपने स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता के साथ अगले चरणों की ज़ोर से समीक्षा करें।

आपकी मुलाकात के बाद:

- [ ] यदि आपका स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता एक ऑनलाइन रोगी पोर्टल प्रदान करता है, तो आपके प्रदाता द्वारा जोड़े जाने वाले किसी भी मुलाकात-उपरांत सारांश की समीक्षा करने के लिए उस पर जाएँ। यदि आपका खाता नहीं है तो आपको रोगी पोर्टल में एक खाता बनाने की आवश्यकता हो सकती है—निर्देशों के लिए अपने डॉक्टर के कार्यालय से पूछें (आपको एक्सेस कोड प्रदान करने के लिए कार्यालय की आवश्यकता हो सकती है)।
- [ ] ऐसे कोई भी अगले चरण पूरे करें, जो आपके स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता ने आपसे करने के लिए कहा है जैसे कि पल्मोनरी फंक्शन टेस्ट, लैब और/या सीटी स्कैन।

कोई सवाल हैं?
844.TalkPFF (844.825.5733) या help@pulmonaryfibrosis.org पर पीएफएफ सहायता केंद्र से संपर्क करें।

Pulmonary Fibrosis Foundation™

अगली मुलाकात

तिथि _____ समय _____

स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता _____

टिप्पणियाँ

इस अनुभाग का उपयोग उस जानकारी को संक्षेप में लिखने के लिए करें, जिसे आप अपने स्वास्थ्य-सेवा प्रदाता के साथ साझा करना चाहते हैं, अपनी मुलाकात के दौरान नोट्स लें, या अनुवर्तन निर्देश लिखें।

कोई सवाल हैं?
844.TalkPFF (844.825.5733) या help@pulmonaryfibrosis.org पर पीएफएफ सहायता केंद्र से संपर्क करें।