

Виртуални консултации



Какво представляват виртуалните консултации

Виртуалните консултации са начин да разговаряте с лекар, болничен консултант, медицинска сестра или друг медицински специалист относно Вашето здраве, без да се налага да ги посещавате на работното им място.

Виртуалните консултации може да се провеждат във Вашия дом или на друго по-подходящо място, като например в къщата на роднина или приятел. Всичко, от което се нуждаете, е достъп до телефон, смартфон, таблет или компютър и да се намирате на място, където се чувствате в състояние да говорите свободно и без да Ви безпокоят.

Виртуалните консултации обикновено ще се провеждат по телефон, но може и чрез видео разговор на смартфон, таблет или компютър.

Вашият медицински специалист ще Ви уведоми как ще се свърже с Вас и кога. Той би трябвало да Ви уведоми какво ще се случи, ако консултацията Ви бъде преустановена, и какво да направи всеки от Вас, ако това се случи.

Защо виртуалните консултации стават по-популярни?

Виртуалните консултации се провеждат от няколко години, макар и да не се използват значително за медицински прегледи. Пандемията от COVID-19 означава, че всички трябва да практикуваме социално дистанциране, така че медицинските прегледи с лично присъствие често се заменят с „виртуални“ консултации, за да се спре разпространението на вируса. Сега се използват виртуални консултации, за да се подобри грижата за пациентите и да се извършат по-бързи и по-лесни прегледи, като повече грижи за пациентите се осъществяват извън обичайните медицински заведения.

Този подход не е за ограничаване на достъпа на хората до здравни специалисти. Става дума за предлагане на най-сигурната и подходяща консултация и подобряване на времето на изчакването за пациентите. Срещите с лично присъствие все пак би трябвало да са на разположение, ако наистина имате нужда от такава или ако виртуалната консултация не е подходяща за Вас. Ако предпочитате консултация с лично присъствие, уведомете Вашия здравен специалист.

Какво прави една виртуална консултация успешна?

- Намерете тихо място, където можете да седнете удобно, без да бъдете притеснявани, и без страх, че някой може да Ви чуе да разговаряте за лични проблеми. Шумните места ще затруднят чуването и може да Ви попречат да се концентрирате в разговора.
- Осигурете си писалка, хартия и очила, за да можете да запишете основните точки от разговора.
- Ако имате проблеми със слуха, зрението или просто искате морална подкрепа, помолете роднина или приятел да бъде с Вас по време на консултацията.
- Отнасяйте се към Вашата консултация като към нормален медицински преглед и се подгответе за нея по същия начин като за преглед с лично присъствие.
- Ако записаният час е част от рутинен контролен преглед, помислете за основните точки, относно които искате да разговаряте.
- Полезно е да си запишете всички въпроси преди прегледа. Запишете въпросите си, като най-важните поставите най-отгоре, така че да получите отговор първо на тях. Можете също да изпратите своя списък с въпроси на Вашия медицински специалист преди консултацията, за да знае за какво искате да поговорите по време на прегледа.
- Отбележете всички симптоми, дори и да са леки, които сте имали след последния си преглед, така че да можете да информирате за тях своя медицински специалист.

• Ако търсите медицински съвет за нещо ново, подгответе се да обсъдите:

- какви са симптомите;
- откога имате тези симптоми;
- анамнезата Ви;
- текущи лекарства;
- всякакви закупени лекарства или витамини, които сте опитвали.

- Не се страхувайте да задавате въпросите си или помолете Вашия медицински специалист да повтори нещата, които не разбирате.
- Може да Ви е полезно да повторите темите, които сте обсъждали, и всички следващи стъпки. Вашият здравен специалист ще обясни отново или по различен начин, ако има неща, които не са Ви ясни.
- Преди да приключи консултацията Ви, проверете дали сте обхванали всички точки от списъка си, какво ще се случи по-нататък и кога и с кого да се свържете, ако имате въпроси или притеснения.

Виртуална консултация по телефона

- Ако консултацията Ви се провежда по телефона, медицинският Ви специалист или член на екипа му ще проверят кой е най-удобният телефонен номер за връзка с Вас преди деня на прегледа.
- Ще се свържат с Вас по телефона възможно най-близо до часа и датата на Вашия преглед, доколкото това е възможно. Не се тревожете, ако Вашият разговор не се проведе точно в уречения час. Ще Ви се обадят веднага щом медицинският специалист е свободен.
- Ако ще използвате мобилен телефон, уверете се, че е напълно зареден, преди да се проведе разговорът, така че да не бъде преустановен.
- Изключете известията на мобилния си телефон, така че да ни Ви безпокоят по време на разговора.
- Обсъдете с Вашия медицински специалист в началото на разговора какво ще се случи, ако обаждането бъде преустановено и какво ще направи всеки от Вас, ако това трябва да се случи. Това ще гарантира, че сесията може да се възстанови възможно най-бързо и лесно.
- Ако разговорът Ви не може да се възстанови, ще бъде уговорен нов преглед за друг час.

Виртуална консултация чрез видео разговор

- Виртуалните консултации чрез видео разговор трябва да бъдат изцяло сигурни и лични и до тях не може да имат достъп лица, които нямат отношение към Вашето здравно обслужване.

- Видео консултациите може да се провеждат с помощта на Вашия смартфон, таблет или компютър.
- Често Вашият медицински специалист може по-лесно да прецени състоянието Ви чрез видео разговор, тъй като ще може да вижда физически признаци, като например дали изглеждате объркани или изпитвате болка.
- Уверете се, че Вашият интернет е включен, така че видео разговорът да може да се осъществи.
- Ако знаете места в дома Ви, където интернет сигналът не е силен или се губи, внимавайте да не провеждате видео разговора в тези зони.
- Намерете тихо място с добро осветление – място пред прозорец с естествена светлина върху лицето Ви е перфектно, но се старайте да избягвате пряка слънчева светлина. Това ще даде по-добра възможност на Вашият медицински специалист да Ви вижда ясно.
- Говорете високо и разбираемо, но не викайте.
- Обсъдете с Вашия медицински специалист в началото на разговора какво ще се случи, ако обаждането бъде преустановено и какво ще направи всеки от Вас, ако това трябва да се случи. Това ще гарантира, че сесията може да се възстанови възможно най-бързо и лесно.
- Ако видео разговорът не може да се възстанови, Вие ще получите възможност за друг преглед.

Предимства на виртуалните консултации

Виртуалните консултации имат много предимства:

- Няма чакалня, така че няма да влизате в контакт с микроби и вируси от други хора, например COVID-19.
- Предотвратява стреса от необходимостта да се придвижвате до Вашия преглед.
- Няма време за пътуване.
- Няма разходи за пътуване или паркиране.
- Възможно е да се уговорят часове за прегледи, които отговарят на нуждите на Вашето семейство и работа.



GLOBAL LUNG CANCER
COALITION

Виртуални консултации.

© Световна коалиция за борба с рака на белия дроб
www.lungcancercoalition.org

Настоящата информационна брошура е съставена от секретариата на Световната коалиция за борба с рака на белия дроб (GLCC) и е прегледана от специалисти в областта на рака на белия дроб. Повече информация относно наличните услуги за оказване на помощ и информация във Вашата страна потърсете на адрес: www.lungcancercoalition.org
Версия 1.0 – декември 2021 г.