



Valmistumine telemeditsiiniliseks konsultatsiooniks: Tähtis teave patsientidele

MIS ON TELEMEDITSIIINILINE KONSULTATSIOON?

Telemeditsiin tähendab meditsiiniteenuse osutamist distantsilt. Tavaliselt toimub see videokõnena arvuti või telefoni vahendusel. Ühes asukohas viibiv arst kasutab telefoni või arvutit, et pakkuda tervishoiuteenust teises asukohas viibivale patsiendile. Arst viibib tavaliselt oma kabinettis ning patsient oma kodus. Need virtuaalkonsultatsioonid toimivad nii täiskasvanute kui ka lastega.

MIS ON SELLE EELISED?

Telemeditsiin on mugav viis oma arstiga konsulteerimiseks. Vastuvõtt arstiga võib edukalt toimuda ilma kliinikusse minemata. Sageli kaasneb sellega vähem stressi ja vaeva ning pole reisikulusid. Telemeditsiin võib olla kasulik eakatele või nõrgema tervisega patsientidele ning ka juhul, kui arsti vastuvõtt asub kaugel. Samuti võimaldab see jätkuvat tervishoiuteenust pandeemia või teiste hädaolukordade ajal, mis võivad liikumist piirata.

MIS ON SELLE PIIRANGUD?

Telemeditsiin ei sobi igat tüüpi vastuvõtuks. Neuroloogiline uurimine on keeruline ja võib vajada näost näkku kohtumist. Keskusest kaugel elavate patsientide uurimist võib mõnikord läbi viia selleks mõeldud kohalikus kabinettis või telemeditsiiniceskuses. Nendes asukohtades viibivad meditsiinilise väljaõppega inimesed, kes saavad isiklikult olla abiks videokõne kaudu toimival uurimisel. Teie tervishoiuteenuse osutaja võib anda nõu, kui vajate telemeditsiinilise konsultatsiooni abi.

Tehnilised probleemid võivad vahel ühenduse saamise, arsti nägemise või kuulmise keeruliseks teha. Osadele patsientidele võivad muret tekitada ka privaatsuse küsimused või andmete lekkimise risk.

KUS MA PEAN OLEMA TELEMEDITSIIINILISEKS KONSULTATSIOONIKS?

Virtuaalkonsultatsioone võib teha teie elukohas (kodus, hooldekodus jne) või telemeditsiiniceskuses teie kodu lähedal.

MILLISEID KONSULTATSIOONE VÕIB TELEMEDITSIIINIS LÄBI VIIA?

Telemeditsiinilisi konsultatsioone võib rakendada mitme eri tervishoiuteenuse puhul, sealhulgas:

- rutiinsed kordusvisiidid
- esmased konsultatsioonid
- erakorralised visiidid
- haridusliku või teadusliku eesmärgiga visiidid

Nendes konsultatsioonides ei pea alati ainult arst osalema. Virtuaalkonsultatsioone võivad teha ka õed, füsioterapeudid, tegevus- või kõneterapeudid, psühhiaatrid, geneetikud ja muude valdkondade spetsialistid.

MILLIST RIISTVARA (VIDEOTEHNIKA) LÄHEB SELLEKS VAJA?

Videokonsultatsiooniks läheb tavaliselt vaja vaid nutitelefoni, tahvelarvutit, süle- või lauarvutit. Seadmel peaks olema veebikaamera, kõlar(id) ja mikrofon. Teil võiks olla ka kiire (lairiba) internetiühendus.

MILLIST TARKVARA LÄHEB SELLEKS VAJA?

Üldjuhul soovitab tervishoiuteenuse osutaja teile konsultatsiooniks vajaminevat spetsiifilist tarkvara. Valik võib sõltuda nende eelistusest. Nad võtavad tõenäoliselt arvesse privaatsus- ja turvariske ning kättesaadavust. Kui teil puudub nõutud tarkvara, siis võite selle üldjuhul oma arvutisse alla tömmata lihtsa vaevaga ja tasuta.

KUIDAS PEAKSIN VALMISTUMA VIRTUAALKONSULTATSIOONIKS?

Teil võidakse paluda enne konsultatsiooni teha katsetus, et veenduda, et kõik töötab õigesti. Proovige sel ajal viibida hästi valgustatud toas, kus on piisavalt ruumi ja privaatne. Proovige võimalusel piirata segadust taustal, peegeldusi peeglitelt ja akendelt ning taustamüra ja tähelepanu kõrvale juhtivaid tegureid. Üritage vältida ratastega toole, mis võivad suurendada teie kukkumiskõrvaldusi. Siin on mõned näpunäited.

- Asetage üks tool kaamerast 60 kuni 90 cm kaugusele ning teine tool 240 kuni 300 cm kaugusele kogu keha uurimiseks.
- Istuge näoga valgusallika poole, selle asemel, et valgusallikas teid tagant valgustaks.
- Kasutage vajadusel karpi või raamatuvirna nutiseadme õigele kõrgusele seadmiseks.
- Arvestage koridori või liikumisruumiga, kus arst saaks vaadata teid kõndimas.

MIS ASJAD PEAVAD KONSULTATSIOONI AJAL KÄEPÄRAST OLEMA?

Veenduge, et teil on:

- nimekiri teie praegustest ravimitest ja annustest
- nimekiri teie peamistest kaebustest ja küsimustest
- kirjutusvahend ja paber (juhiste üles kirjutamiseks)
- võimalusel teine inimene, kes saaks filmimisega aidata (võib vajadusel aidata teil ka püsti tõusta ja kõndida)



Valmistumine telemeditsiiniliseks konsultatsiooniks: Tähtis teave patsientidele

MILLEKS PEAN VEEL VALMIS OLEMA?

Teie raviasutuse personal võib paluda teil:

- kinnitada oma identiteeti (nimi, sünniaeg);
- anda nõusolek;
- kinnitada, et teile on antud valik telemeditsiini ja külastuse vahel.

MIDA TEHA PROBLEEMIDE KORRAL?

Tervishoiuasutusel võib olla tugipersonal, kes aitab tehniliste probleemide korral tõrkeotsinguga. Pilti või heli puudutava suurema probleemi korral võib varuvariandina kasutada telefonikõne. Vajadusel võib kokku leppida uue konsultatsioonija.

KUIDAS LÕPETATAKSE TELEMEDITSIIINILINE KONSULTATSIOON?

Abiks tuleb, kui arutate plaani või järgnevad sammud läbi oma telemeditsiiniteenuse osutajaga. Konsultant dokumenteerib visiidi ning võtab ühendust teie perearsti või suunava arstiga. Pidage meeles, et retseptid võidakse teile pärast konsultatsiooni teha digiretseptina.