
Μαθαίνοντας για Εικονικές επιλογές φροντίδας


# Τι είναι

**η εικονική φροντίδα**

Η εικονική πρωτοβάθμια περίθαλψη είναι ένας τρόπος σύνδεσης με τον κλινικό ιατρό της πρωτοβάθμιας περίθαλψής σας (όπως ένας

οικογενειακός ιατρός ή νοσηλευτής) χρησιμοποιώντας το τηλέφωνο, μία βιντεοκλήση ή μηνύματα αντί για προσωπική συνάντηση μαζί τους.

Η εικονική φροντίδα μπορεί να είναι μια επιλογή όταν:

* Επιθυμείτε απλά να κάνετε μια ερώτηση ή να λάβετε πληροφορίες (όπως τα αποτελέσματα των αιματολογικών εξετάσεων)
* Δεν χρειάζεστε άμεση φυσική εξέταση ή διαδικασία (όπως ένα εμβόλιο)

ή μέτρηση της αρτηριακής σας πίεσης)

# Πώς να μάθετε περισσότερα για την εικονική φροντίδα

Ο ιατρός πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή το προσωπικό του γραφείου του είναι οι καλύτερες πηγές πληροφόρησης σχετικά με τις επιλογές εικονικής περίθαλψης. Μιλήστε μαζί τους

αν:

* Έχετε ερωτήσεις σχετικά με την εικονική φροντίδα
* Σας λείπουν κάποια από τα στοιχεία που χρειάζεστε για την εικονική φροντίδα

Ο κλινικός ιατρός της πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή το προσωπικό του γραφείου του μπορεί να σας βοηθήσουν να έχετε ένα επιτυχημένο ραντεβού εικονικής περίθαλψης. **Σε ορισμένες περιπτώσεις, μια προσωπική επίσκεψη μπορεί να είναι η καλύτερη επιλογή για εσάς**

***Πληροφορίες για το ιατρείο μας:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Διαφορετικοί τύποι εικονικής φροντίδας**

Ο παρακάτω πίνακας περιγράφει τους διάφορους τύπους εικονικής φροντίδας και τι πρέπει να λάβετε υπόψη για κάθε τύπο.

|  |  |
| --- | --- |
| ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ΡΑΝΤΕΒΟΥΜια εικόνα που περιέχει κείμενο, clipart  Η περιγραφή δημιουργείται αυτόματα | **Οι πιο ενδεδειγμένες περιπτώσεις για τηλεφωνικό ραντεβού*** Για συνήθη ραντεβού παρακολούθησης για υφιστάμενες καταστάσεις
* Για απλά αιτήματα όπως η ανανέωση μιας συνταγής
* Παρακαλώ σημειώστε: Όταν ο πάροχος σας καλεί για το ραντεβού σας, μπορεί να μην αναγνωρίζετε τον αριθμό ή ο καλούντας μπορεί να εμφανιστεί ως "άγνωστος" στο τηλέφωνό σας. Αυτό γίνεται για λόγους προστασίας της ιδιωτικής ζωής.

**Τί χρειάζεστε για ένα τηλεφωνικό ραντεβού*** Τηλέφωνο (σταθερό ή κινητό τηλέφωνο)
* Εάν χρησιμοποιείτε κινητό τηλέφωνο, απαιτείται καλό σήμα και ένα πλήρως φορτισμένο τηλέφωνο, ενώ ένα ακουστικό ή ακουστικά μπορεί να φανούν χρήσιμα
* Ένας ήσυχος, ιδιωτικός χώρος που είναι ασφαλής και άνετος
 |
| ΒΙΝΤΕΟ ΚΛΗΣΕΙΣΜια εικόνα που περιέχει κείμενο, clipart  Η περιγραφή δημιουργείται αυτόματα | Οι πιο ενδεδειγμένες περιπτώσεις για ραντεβού μέσω βιντεοκλήσης* + Για ραντεβού όπου μπορεί να είναι χρήσιμο να σας δει ο κλινικός ιατρός της πρωτοβάθμιας περίθαλψης ή να έχει τη δυνατότητα να δει πράγματα στο σώμα σας (π.χ. μια ελιά ή ένα εξάνθημα)
	+ Για ατομικό ραντεβού ή ομαδικά ραντεβού
	+ Για τη συμμετοχή της οικογένειας ή των φροντιστών, όπως για ομαδική θεραπεία ή εκπαιδευτικές συνεδρίες

Τί χρειάζεστε για ένα ραντεβούμέσω βιντεοκλήσης* Webcam και μικρόφωνο σε smartphone (κινητό ή κινητό τηλέφωνο), tablet ή υπολογιστή
* Αξιόπιστη σύνδεση στο Διαδίκτυο και έγκυρη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
* Ενδέχεται να χρειαστεί να κατεβάσετε ένα πρόγραμμα ή μια εφαρμογή ("app")
* Ένας ιδιωτικός, ήσυχος και καλά φωτισμένος χώρος που είναι ασφαλής και άνετος
 |
| ΜΗΝΥΜΑΤΑΜια εικόνα που περιέχει clipart  Η περιγραφή δημιουργείται αυτόματα | Οι πιο ενδεδειγμένες περιπτώσεις για τη χρήση γραπτών μηνυμάτων* + Τα γραπτά μηνύματα συχνά χρησιμοποιούνται για υπενθυμίσεις, ειδοποιήσεις, παρακολούθηση ραντεβού, λιγότερο επείγουσα φροντίδα ή ανταλλαγή λιγότερο ευαίσθητων πληροφοριών
	+ Μπορεί να είναι απλή επικοινωνία μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, κειμένου ή μηνυμάτων μέσω μιας διαδικτυακής πύλης
	+ Μπορεί να σας επιτρέπει να στείλετε φωτογραφίες, έγγραφα ή πληροφορίες σχετικά με το πρόβλημα υγείας σας
	+ Μπορείτε να στέλνετε μηνύματα ανά πάσα στιγμή, αλλά οι απαντήσεις στα μηνύματά σας ενδέχεται να μην είναι άμεσες

Τί χρειάζεστε για τη χρήση γραπτών μηνυμάτων* Αξιόπιστη σύνδεση στο Διαδίκτυο και έγκυρη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
* Ενδέχεται να χρειαστεί να κατεβάσετε ένα πρόγραμμα ή μια εφαρμογή ("app")
 |
| *Εάν η εικονική περίθαλψη δεν είναι κατάλληλη για εσάς, μπορεί να ζητήσετε ή να σας προσφερθεί ένα προσωπικό ραντεβού* |