
مجازی نگہداشت کے اختیارات
کے بارے میں سیکھنا


# مجازی نگہداشت

**کیا ہے؟**

مجازی بنیادی نگہداشت آپ کے بنیادی نگہداشت کے معالج (جیسے فیملی ڈاکٹر یا نرس) سے

ذاتی طور پر ملاقات کرنے کے بجائے فون، ویڈیو یا پیغام رسانی کا استعمال کرتے ہوئے رابطہ قائم کرنے کا ایک طریقہ ہے۔

مجازی نگہداشت ایک اختیار ہو سکتا ہے جب:

* آپ کو صرف ایک سوال پوچھنے یا معلومات حاصل کرنے کی ضرورت ہے (جیسے خون کے کام کے نتائج)
* آپ کو براہ راست جسمانی جانچ یا طریقہ کار کی ضرورت نہیں ہے (جیسے ویکسین لگوانا

 یا آپ کا بلڈ پریشر جانچ کرنا)

# مجازی نگہداشت سے متعلق مزید کیسے جانیں

آپ کی بنیادی نگہداشت کا معالج یا دفتری عملہ آپ کے مجازی نگہداشت کے اختیارات کے بارے میں معلومات کا بہترین ذریعہ ہیں۔ ان سے بات کریں

اگر آپ کے:

* مجازی نگہداشت کے بارے میں سوالات ہیں
* مجازی نگہداشت کے لیے آپ کو درکار کچھ چیزیں غائب ہیں

آپ کی بنیادی نگہداشت کا معالج یا دفتری عملہ کامیاب مجازی نگہداشت کی اپائنٹمنٹ میں آپ کی مدد کرسکتا ہے۔ **بعض صورتوں میں، ذاتی طور پر ملاقات آپ کے لیے بہترین انتخاب ہو سکتا ہے**

***ہماری کلینک کی معلومات:***

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

**مجازی نگہداشت کی مختلف اقسام**

ذیل کا چارٹ مجازی نگہداشت کی مختلف اقسام کا خاکہ پیش کرتا ہے ااور ہر قسم کے لیے آپ کو کن چیزوں پر غور کرنے کی ضرورت ہے۔

|  |  |
| --- | --- |
| ٹیلیفون اپائنٹمنٹسA picture containing text, clipart  Description automatically generated | **ٹیلیفون اپائنٹمنٹس کا بہترین استعمال کس طرح کیا جاتا ہے*** موجودہ حالات کے لیے باقاعدگی سے فالو اپ اپائنٹمنٹس کے لیے
* آسان درخواستوں کے لیے جیسے کہ نسخے کی تجدید
* براہ کرم نوٹ کریں: جب آپ کا فراہم کنندہ آپ کے اپائنٹمنٹ کے لئے کال کرتا ہے، ہو سکتا ہے آپ  نمبر کو نہ پہچان سکیں یا کال کرنے والا آپ کے فون پر "نامعلوم" کے طور پر ظاہر ہو سکتا ہے۔ یہ رازداری کی وجوہات کی بناء پر ہے۔

**وہ چیزیں جو آپ کو ٹیلی فون اپائنٹمنٹ کے لیے درکار ہیں*** ٹیلیفون (لینڈ لائن یا موبائل فون)
* اگر موبائل فون استعمال کرتے ہیں تو، ایک اچھا سگنل اور مکمل چارج شدہ فون کی ضرورت ہوتی ہے اور ہیڈ فون یا ’ایئر بڈز‘ مددگار ثابت ہو سکتے ہیں
* ایک پرسکون، نجی خلا جو کہ محفوظ اور آرام دہ ہو
 |
| ویڈیواپائنٹمنٹسA picture containing text, clipart  Description automatically generated | ویڈیو اپائنٹمنٹس کا بہترین استعمال کس طرح کیا جاتا ہے* + اپائنٹمنٹس کے لیے جہاں آپ کے بنیادی نگہداشت کے معالج کے لیے آپ کو دیکھنا یاآپ کے جسم پر موجود چیزوں کو دیکھنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے (مثال کے طور پر | کوئی تل یا دانہ)
	+ ایک-ایک اپائنٹمنٹ یا گروپ اپائنٹمنٹس کے لیے
	+ خاندان یا نگہداشت کرنے والوں کے شرکت کرنے کے لیے، جیسے کہ گروپ تھراپی یا تعلیمی سیشن

وہ چیزیں جو آپ کو ویڈیو اپائنٹمنٹ کے لیے درکار ہیں* اسمارٹ فون (موبائل یا سیل فون)، ٹیبلیٹ یا کمپیوٹر پر ویب کیم اور مائیکروفون
* ایک قابل اعتماد انٹرنیٹ کنیکشن اور درست ای میل پتہ
* آپ کو ایک پروگرام یا ایپلیکیشن ("ایپ") ڈاؤن لوڈ کرنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے
* ایک نجی، پرسکون، اور اچھی طرح سے روشن جگہ جو کہ محفوظ اور آرام دہ ہو
 |
| پیغام رسانیA picture containing clipart  Description automatically generated | پیغام رسانی کا بہترین استعمال کس طرح کیا جاتا ہے* + اکثر یاد دہانیوں، اطلاعات، اپائنٹمنٹ فالو اپ، کم فوری نگہداشت یا کم حساس معلومات کا اشتراک کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے
	+ آن لائن پورٹل کے ذریعے ای میل، ٹیکسٹ یا پیغام رسانی کا استعمال کرتے ہوئے آسان مواصلات ہو سکتے ہیں
	+ آپ کو آپ کی صحت کے مسئلے کے بارے میں تصاویر، دستاویزات یا معلومات بھیجنے کی اجازت دے سکتی ہے
	+ آپ کسی بھی وقت پیغامات بھیج سکتے ہیں، لیکن ہو سکتا ہے آپ کے پیغامات کے جوابات فوری نہ ہوں

وہ چیزیں جو آپ کو پیغام رسانی کے لیے درکار ہیں* ایک قابل اعتماد انٹرنیٹ کنیکشن اور درست ای میل پتہ
* آپ کو ایک پروگرام یا ایپلیکیشن ("ایپ") ڈاؤن لوڈ کرنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے
 |
| *اگر مجازی نگہداشت آپ کے لیے صحیح نہیں ہے، تو آپ سے ذاتی طور پر ملاقات کا مطالبہ کیا جا سکتا ہے یا اس کی پیشکش کی جا سکتی ہے* |