

Chăm sóc sức khỏe từ xa: Những gì mong đợi

Chăm sóc sức khỏe từ xa gì là?

Chăm sóc sức khỏe từ xa là việc sử dụng hội nghị truyền hình trực tiếp để cho phép bạn tương tác với bác sĩ của mình. Thay vì lái xe đến nơi thăm khám, bạn có thể gặp và nói chuyện với bác sĩ của mình một cách thuận tiện ngay tại nhà riêng của bạn bằng điện thoại thông minh, máy tính bảng hoặc máy tính có webcam kết nối Internet.

Chăm sóc sức khỏe từ xa có an toàn không?

Có, tất cả các phiên làm việc từ xa đều an toàn, bảo mật, được mã hóa và tuân theo các nguyên tắc về quyền riêng tư (tức là HIPAA) giống như các cuộc hẹn y tế trực tiếp, bình thường. Các cuộc hẹn khám từ xa của bạn luôn được giữ bí mật. Ngoài ra, các cuộc hẹn qua điện thoại KHÔNG BAO GIỜ được ghi âm thanh hoặc video.

Tôi có thể chọn không tham gia không?

Có, bạn được đề nghị gặp bác sĩ chăm sóc chính của mình qua thiết bị video tương tác và an toàn. Bạn có muốn tham gia hay không vẫn là lựa chọn của bạn, mặc dù nó được khuyến khích.

Có thêm chi phí cho cuộc hẹn từ xa không?

APHCV không tính thêm bất kỳ khoản phí nào cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe từ xa. Đồng thanh toán, đồng bảo hiểm hoặc các khoản khấu trừ, nếu có, cũng giống như một chuyến thăm trực tiếp. Vui lòng xem lại sổ quyền lợi của chương trình sức khỏe của bạn để biết số tiền bạn sẽ trả cho các dịch vụ được đài thọ.

** Cần có kết nối Internet / Wi-Fi để thăm khám từ xa. Phí dữ liệu có thể được áp dụng. Kiểm tra dữ liệu di động của bạn hoặc gói của nhà cung cấp dịch vụ internet để biết chi tiết.


Tôi có cần tải xuống bất cứ thứ gì không?

Nền tảng chăm sóc sức khỏe từ xa telehealth của chúng tôi chạy trên trình duyệt, do đó bạn không bắt buộc phải tải xuống hoặc cài đặt bất kỳ ứng dụng nào khác ngoài trình duyệt (ví dụ: Google Chrome, Internet Explorer, Safari, v.v.) Do đó, bất kỳ thiết bị nào có thể sử dụng trình duyệt đều hoạt động. Bạn chỉ cần đảm bảo rằng thiết bị có sẵn máy ảnh và micrô để bác sĩ có thể nhìn và nghe thấy bạn.

Làm thế nào nó hoạt động?

Vào ngày hẹn của bạn:

- Nhân viên văn phòng sẽ gọi cho bạn khoảng 20-40 phút trước giờ hẹn để làm thủ tục.
- Tùy thuộc vào loại thiết bị bạn đang sử dụng để tham gia lượt truy cập chăm sóc sức khỏe từ xa,

Điện thoại thông minh (có thể nhận SMS / tin nhắn)	Máy tính xách tay, Máy tính bảng, Chromebook, Máy tính
<ul style="list-style-type: none">✓ Bạn sẽ nhận được một tin nhắn văn bản từ y tá có liên kết trực tiếp đến phòng chờ ảo.✓ Nhấn vào liên kết để tham gia✓ Nhập họ tên của bạn✓ Nhấp vào Bật và / hoặc Cho phép Máy ảnh và Micrô trên trình duyệt của bạn khi bạn thấy cửa sổ bật lên.✓  Ở lại trang phòng chờ ảo. Y tá sẽ sớm nhận bạn vào làm việc	<ul style="list-style-type: none">✓ Bạn sẽ nhận được một tin nhắn / cuộc gọi từ y tá để yêu cầu bạn tham gia vào phòng chờ ảo.✓ Mở trình duyệt trên thiết bị của bạn và truy cập https://aphcv.doxy.me✓ Chọn tên của bác sĩ mà bạn đang hẹn để tham gia phòng chờ ảo của họ✓ Nhập tên đầy đủ của bạn✓ Nhấp vào Bật và / hoặc Cho phép Máy ảnh và Micrô trên trình duyệt của bạn khi bạn thấy cửa sổ bật lên.✓ Ở lại trang phòng chờ ảo. Y tá sẽ sớm nhận bạn vào làm việc.
<p>ĐỪNG:</p> <ul style="list-style-type: none">- Rời khỏi trang phòng chờ,- Rời khỏi trình duyệt, hoặc- chuyển sang ứng dụng khác <p>Vì điều này có thể khiến bạn bị ngắt kết nối khỏi phòng chờ.</p>	

Những điều cần nhớ về Cuộc hẹn Chăm sóc sức khỏe từ xa của bạn::

- Bạn có thể lên lịch cuộc hẹn từ xa của mình giống như cách bạn đặt lịch hẹn với PCP của mình bằng cách gọi 323-644-3888
- Cũng như các cuộc hẹn khám bệnh bình thường, trực tiếp của bạn, bạn có trách nhiệm với APHCV theo số 323-644-3888 để hủy cuộc hẹn nếu bạn không thể tham dự cuộc hẹn từ xa. Việc hủy bỏ phải được thực hiện trước ít nhất 24 giờ so với giờ hẹn.
- Để đảm bảo bí mật, bạn phải ở nhà hoặc nơi nào đó riêng tư và không có quá nhiều tiếng ồn xung quanh. Bạn không nên làm nhiều việc như xem TV hoặc nấu ăn trong khi bạn đến gặp nhà cung cấp

Yêu cầu hệ thống tối thiểu

Những gì bạn sẽ cần:

1. Kết nối Internet với tốc độ tải xuống và tải lên ít nhất 2 Mbps (kiểm tra tốc độ Internet của bạn tại đây)
2. Một thiết bị được trang bị hoặc có thể được trang bị máy ảnh, micrô và loa.
3. Trình duyệt Internet được cài đặt sẵn sàng sử dụng trên thiết bị của bạn.

Trình duyệt được đề nghị

iPhone/iPad (iOS)	Safari 11+ (latest version of iOS)
Android Phone/Tablet	Google Chrome Browser
PC, Laptop	Google Chrome Browser Mozilla Firefox Microsoft Edge
Mac	Safari 11+ (latest version of iOS)

- Những điều sau đây không tương thích với Nền tảng chăm sóc sức khỏe từ xa của chúng tôi
 - a. Amazon Kindle và các thiết bị đọc sách điện tử khác
 - b. Loa thông minh điều khiển bằng giọng nói như Alexa hoặc Trợ lý Google
- Các công cụ kiểm tra tự chẩn đoán hữu ích
 - a. Hãy thử kiểm tra trước cuộc gọi này để đảm bảo rằng loa và camera của bạn đã được thiết lập và hoạt động.
 - b. Hãy thử công cụ Ước tính chất lượng cuộc gọi này để dự đoán chất lượng cuộc gọi dự kiến của bạn dựa trên tốc độ máy tính và internet của bạn. Điểm cao cho thấy chất lượng tốt.
 - c. Hãy thử kiểm tra tốc độ Internet này để xác định tốc độ kết nối của bạn. Gợi ý tốc độ tải xuống và tải lên 500kb /s để có cuộc gọi vui vẻ.
 - d. Hãy thử Kiểm tra độ ổn định mạng này để xác định tính ổn định của mạng của bạn. Nếu bạn nhận được thông báo "Mạng xuất hiện không ổn định", thì bộ định tuyến hoặc nhà cung cấp dịch vụ internet (ví dụ: Comcast) rất có thể là nguyên nhân gây ra các vấn đề về chất lượng của bạn
- Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào trước hoặc sau buổi học, bạn có thể liên hệ 323-644-3888

Chuẩn bị cho Cuộc hẹn Khám bệnh qua chăm sóc sức khỏe từ xa

1. **Đừng để công nghệ làm trật bánh chuyến thăm**

- a. Đảm bảo rằng bạn có tất cả phần mềm và / hoặc phần cứng phù hợp trước khi đến thăm
- b. Nhờ người thân hoặc bạn bè giúp thiết lập máy tính, máy tính bảng hoặc điện thoại di động của bạn nếu bạn không cảm thấy thích thú với công việc.
- c. Kiểm tra công nghệ trước thời hạn nếu có thể và tải xuống / cài đặt bất kỳ bản cập nhật nào.
- d. Tắt các chương trình khác có thể làm gián đoạn chuyến thăm bằng thông báo.
- e. Đảm bảo rằng thiết bị của bạn đã được sạc, âm lượng ở mức thích hợp và micrô thu giọng nói của bạn một cách rõ ràng.

2. **Lập kế hoạch cho cuộc hẹn của bạn giống như bạn đến thăm trực tiếp.**

- a. Viết ra bất kỳ triệu chứng nào bạn đang gặp phải, lập danh sách các câu hỏi bạn muốn được trả lời và chuẩn bị sẵn tiền sử bệnh của bạn.
- b. Nếu bạn có máy đo huyết áp hoặc các thiết bị y tế khác để theo dõi sức khỏe của mình tại nhà (ví dụ: máy đo đường huyết), hãy chuẩn bị sẵn chúng.

3. **Đặt bối cảnh.**

- a. Tìm một nơi yên tĩnh để nói chuyện sẽ cho phép bạn đo lường sự riêng tư và kết nối Internet an toàn
- b. Nếu nơi riêng tư nhất trong nhà là tủ quần áo, phòng đựng thức ăn hoặc ga ra, hãy đảm bảo kết nối Wi-Fi của bạn đạt đến mức đó và sẽ hỗ trợ hội nghị truyền hình.
- c. Khu vực này phải được chiếu sáng tốt và cho phép bạn đặt máy ảnh ngang tầm mắt, để bạn có thể trò chuyện trực tiếp với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc của mình như thể bạn đang ở trong cùng một phòng.

4. **Ghi chú:**

- a. Chuẩn bị sẵn một cây bút và một tờ giấy để bạn có thể viết ra hướng dẫn về cách dùng bất kỳ loại thuốc nào, các bước tiếp theo trong quá trình điều trị của bạn, cuộc hẹn sắp tới tiếp theo, v.v. vì bạn sẽ không được giao các ghi chú hoặc kế hoạch thực tế tại kết thúc chuyến thăm.

5. **Đưa ra phản hồi sau chuyến thăm của bạn**

- a. Hãy cho chúng tôi biết những gì đã diễn ra đúng, những gì có thể được cải thiện và nếu có bất kỳ cách nào nhóm có thể hỗ trợ các chuyến thăm khám từ xa của bạn trong tương lai.

6. Quan trọng nhất, phải kiên nhẫn với quá trình! Nếu bạn không cảm thấy thoải mái với công nghệ hoặc cảm thấy khó giao tiếp tự nhiên với nhóm chăm sóc, hãy nhờ người thân hoặc bạn bè đáng tin cậy giúp khắc phục bất kỳ vấn đề kỹ thuật nào hoặc tham gia vào các cuộc hẹn trong tương lai để giải quyết mọi rủi ro giao tiếp do kết nối các vấn đề. Mặc dù thoạt nghe có vẻ đáng sợ, nhưng chăm sóc sức khỏe từ xa có thể cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế thuận tiện khi bạn cần nhất trong thời kỳ đại dịch này.