एन.एस.डब्ल्यू. (NSW) मा भर्चुअल केयर

Virtual care in NSW — Nepali

भर्चुअल केयर भनेको के हो?

भर्चुअल केयर (Virtual care) ले, जसलाई कहिलेकाहीं टेलिहेल्थ (telehealth) भनिन्छ, तपाईंले आमने-सामने नभइकन प्राप्त गर्न सक्ने हेरचाह प्राप्त गर्ने विभिन्न तरिकाहरूको बारेमा वर्णन गर्दछ । यसमा निम्न कुराहरू समावेश हुन्छन्:

- अनलाइन भिडियो बैठकहरु
- टेलिफोन कलहरू
- तपाईंको स्वास्थ्यको निगरानी र व्यवस्थापन घरमा गर्न उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

तपाईंले यसलाई पहिले नै प्रयोग गरिसक्नुभएको हुन सक्छ, जस्तै तपाईंको जी.पी. (GP) बाट एउटै दोहोर्याइएको प्रिस्क्रिप्शन प्राप्त गर्न वा परीक्षणको परिणामहरू बारे छलफल गर्न। अन्य उदाहरणमा भर्चुअल पुनर्वास र घरमा तपाईंको स्वास्थ्यको निगरानी गर्न उपकरणहरू प्रयोग गर्ने जस्ता कुराहरू समावेश हुन्छन्।

भर्चुअल केयरले आमनेसामने हुने हेरचाहलाई प्रतिस्थापन गर्दैन, यसले यसमा थप गर्दछ। तपाईंसँग अझै तपाईंलाई जब उपयुक्त हुन्छ तब व्यक्तिगत रूपमै हेरचाह पहुँच गर्ने विकल्प हुनेछ ।

तपाईं र तपाईंको डाक्टरले भर्चुअल केयर तपाईंको लागि सही छ कि छैन भनेर सँगै निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ।

भर्चुअल केयरका फाइदाहरू के के हुन्?

भर्चुअल केयरले तपाईंलाई तपाईंले स्वास्थ्य सेवामा कसरी पहुँच गर्ने भनेर थप विकल्पहरू प्रदान गर्दछ । यसले तपाईंलाई हेरचाह प्राप्त गर्न पनि सजिलो बनाउन सक्छ।

भर्चुअल रूपमा तपाईंको हेरचाह प्राप्त गर्दा धेरै फाइदाहरू छन्। तपाईंले:

- घरबाट वा घरको नजिकबाट हेरचाह पहुँच गर्न सक्नुहुन्छ
- यात्रा समय र खर्च कम गर्न सक्नुहुन्छ, जसले तपाईंलाई तपाईको लागि महत्त्वपूर्ण रहेको कुराहरूको लागि बढि समय दिन्छ
- परिवारका सदस्यहरू, हेरचाहकर्ताहरू वा अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूलाई, वहाँहरु जता सुकै भएपनि, तपाईंको अपोइन्टमेन्टहरूमा समावेश गर्न सक्नुहुन्छ
- दुभाषियाहरू समेतको विशेषज्ञ सेवाहरूसँग सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ, जुन तपाईंको स्थानीय क्षेत्रमा उपलब्ध नहुन सक्छ। उदाहरणका लागि, यदि तपाईं ग्रामीण शहरमा बस्नुहुन्छ भने, तपाईंले महानगरीय क्षेत्रका विशेषज्ञहरूसँग सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ।

भर्चुअल केयरले तपाईंलाई जब र जहाँ यसको आवश्यकता पर्दछ, तब सही हेरचाहसँग सम्पर्क गराउँदछ।

यसले कसरी काम गर्दछ?

भर्चुअल केयर अपोइन्टमेन्टहरू नियमित अपोइन्टमेन्टहरू हुन् – मुख्य भिन्नता यो हो कि तपाईं आफ्नो डाक्टरसँग फोनमा वा स्क्रिनमा कुरा गर्दै हुनुहुन्छ।

भर्चुअल केयरले तपाईंले तपाईंको साथीहरू र परिवारलाई फोन वा भिडियो कल गर्न प्रयोग गर्ने समान टेक्नोलोजी प्रयोग गर्दछ।

भर्चुअल केयर अपोइन्टमेन्ट अघि, तपाईंलाई कसरी सम्पर्क गर्ने, के आशा गर्ने र कसरी मद्दत प्राप्त गर्ने भन्ने बारेमा जानकारी दिइनेछ।

भर्चुअल केयर अपोइन्टमेन्टहरूको लागि अनुवादकहरू उपलब्ध छन् । थप जानकारीको लागि आफ्नो डाक्टरलाई सोध्नुहोस्।

मलाई कस्तो उपकरण चाहिन्छ?

अधिकांश अपोइन्टमेन्टहरूको लागि तपाईलाई केवल फोन, वा कम्प्युटर, ट्याब्लेट वा आईप्याड र भरपर्दो इन्टरनेट जडानमा पहुँच चाहिन्छ।

यदि तपाईंको यी कुराहरुमा पहुँच छैन भने तपाईंको अपोइन्टमेन्टमा सामेल हुने वैकल्पिक तरिकाहरूको बारेमा तपाईंले आफ्नो डाक्टरलाई सोध्न सक्नुहुन्छ।

कुनै पनि विशेष उपकरण जस्तै निगरानीका उपकरणहरू तपाईंलाई प्रदान गरिनेछ।

केही भर्चुअल केयर अपोइन्टमेन्टहरूले तपाईंको इन्टरनेट डाटाको केहि मात्रा प्रयोग गर्नेछ। उदाहरणका लागि, १५ मिनेटको भिडियो कलले तपाईंको डेटाको लगभग ८० एम.बी. (MB) प्रयोग गर्नेछ। डाटा प्रयोग तपाईंको व्यक्तिगत मोबाइल फोन वा घरको इन्टरनेट व्यवस्थामा निर्भर गर्दछ।

के भर्चुअल केयर सुरक्षित र गोप्य छ?

छ। भर्चुअल केयरमा आमनेसामने हुने केयरको जस्तै समान सुरक्षा, गोपनीयता र सुरक्षा मानकहरू छन्। एन.एस.डब्ल्यू. हेल्थ (NSW Health) मा हामीले प्रयोग गर्ने प्रणालीहरू सुरक्षित र भरपर्दो छन् भनेर सुनिश्चित गर्न परीक्षण गरिएका छन्।

"भर्चुअल केयरको अर्थ मेरो बच्चाले घरबाट हेरचाह पाउन सक्छ"

थप जानकारी

भर्चुअल केयरको बारेमा थप जान्नका लागि एन.एस.डब्ल्यू. हेल्थ (NSW Health) को वेबसाइटमा जानुहोस्: www.health.nsw.gov.au/virtualcare

भाषाको सहायताको लागि अनुवादक र दोभासे सेवा (TIS) मा फोन गर्नुहोस्: 131 450