

الاستشارة الصحية عبر الإنترنت

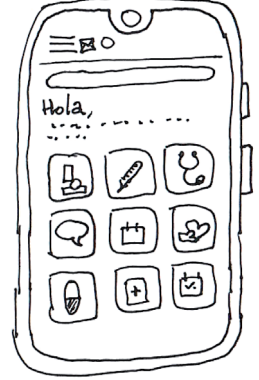
استخدم الاستشارة الإلكترونية فقط في المواقف التي يمكن أن تنتظر وغير المستعجلة. لا تستخدم الاستشارة الإلكترونية في حالات الطوارئ، أو عندما تحتاج إلى استجابة فورية. في حالات الطوارئ اتصل على الرقم 061 أو 112. للاستفسارات العاجلة اتصل أو اذهب إلى مركز الرعاية الأولية الخاص بك من الساعة 8 صباحا حتى 8 مساء. قد تستغرق الاستشارة الإلكترونية أياما للرد عليها. سيشير البرنامج إلى تاريخ الاستجابة المتوقع. أثناء انتظار الرد، لا تكرر نفس الاستشارة الإلكترونية.

قم بتوجيه استشارتك إلى المختص المناسب
عند طلب الاستشارة الإلكترونية سيتعين عليك اختيار الاختصاصي الأنسب لحل المشكلة. لاختيار ذلك، تذكر أنه عند الولوج إلى الاستشارة الإلكترونية، ستظهر لك قائمة قابلة للطي تحتوي على الاختصاصيين الذين سيتم توجيه الاستشارة إليهم.

يمكنك إرفاق صورة أو وثيقة
للمساعدة في حل الاستشارة، يمكنك إرفاق على سبيل المثال، صورة لأفة جلدية. تأكد من أن الصور مفيدة وذات نوعية جيدة، وحدد أي جزء من الجسم يتوافق مع الصورة. يمكنك أيضا إرفاق مستند PDF، يتعلق مثلا بالتقرير الطبي أو مراقبة ضغط الدم أو الوزن أو السكر في المنزل، إلخ. إذا كان سبب الاستشارة هو الإجازة المرضية، تذكر إرفاق أي تقرير أو وثائق قد تساعد في المتابعة.

تمكنك المساحة الشخصية للصحة الرقمية "لاميفا" من الوصول إلى موقع افتراضي يمكنك من الاطلاع على تقاريرك الطبية ونتائج الاختبارات والتشخيصات والأدوية والزيارات المبرمجة. ويمكن الولوج إليها باستخدام هويتك وكلمة المرور الخاصة بك في موقع الويب أو عن طريق تنزيل التطبيق.

La meva Salut



بالإضافة إلى الخدمات الأخرى، مثل طلب زيارة مع متخصصي الرعاية الصحية الأولية، ويمكنك أيضا الولوج إلى خدمات الرعاية غير المباشرة، مثل المشاورة عبر الإنترنت، والتي تتيح لك إمكانية القيام باستشارات صحية مع المتخصصين في الرعاية الصحية والقيام بالإجراءات وإرسال الوثائق.

ثق بأخصائك المرجعي
تكون الاستشارات بتبادل الرسائل المكتوبة أكثر فعالية إذا كانت العلاقة بين المريض والطبيب قائمة بالفعل. إذا كنت لا تعرف الطبيب الإختصاصي المرجعي الخاص بك أو لم تناقش بعد هذا النوع من الاستشارة، فمن الأفضل مناقشتها مسبقا عند زيارة الطبيب.

قم بتحضير الاستشارة مسبقا وكن مختصرا
قم بتدوين التفاصيل المهمة قبل إجراء الاستشارة الإلكترونية حتى لا تنسى أيها منها وتبقى مختصرا. يجب أن تكون الرسالة واضحة وقصيرة ومباشرة، مثل السؤال الذي تريد ان تطرحه على الطبيب الإختصاصي.

مؤلفون: إيريس أراكون مارتا كارديناس، روبيرتو باناديس، أليكس ثيريرا، جوردي أثيثا، جوردي مايتروس، إوخيني طابيكيس، خوسيب بيدال ألابال و راكل غارثيا طاردو.

المراجعة العلمية: (مجموعة الصحة الرقمية لـ CAMFiC)
المراجعة التحريرية: مجموعة التعليم الصحي لـ CAMFiC

ترجمة Quasar Serveis d'imatge
الرسوم: جوان جوسيب كابريرا