

# Zdalne konsultacje lekarskie – wskazówki dla pacjentów



## Droga Pacjentko, Drogi Pacjencie,

konsultacja z lekarzem może się odbywać przez telefon lub za pomocą systemów audio-wideo. Jeżeli nie korzystałaś/nie korzystałeś dotąd z teleporad albo masz wątpliwości, jak korzystać z tego rozwiązania, zapoznaj się z poniższymi wskazówkami.

Telemedycyna to udzielanie świadczeń zdrowotnych na odległość. Dzięki temu lekarz może m.in. przeprowadzić wywiad z pacjentem i ocenić stan jego zdrowia. Telemedycyna nie zastępuje w pełni tradycyjnej wizyty, ale ze względu na rozwój technologiczny sprawdza się w bardzo wielu sytuacjach.

Wykorzystywanie telemedycyny jest zgodne z polskim prawem, a jednocześnie zalecane przez Światową Organizację Zdrowia (WHO – World Health Organization).

## Jak należy się przygotować do teleporady?

### Jak się zachowywać podczas rozmowy z lekarzem?

- 1** Prowadź rozmowę w pomieszczeniu, które zapewni Ci intymność. Rozmowa będzie dotyczyła Twojego zdrowia, więc musi to być miejsce, gdzie bez skrępowania opowiesz lekarzowi o objawach i przebiegu choroby.
- 2** Przedstaw się, zweryfikuj też nazwisko lekarza. Podaj swoje imię i nazwisko oraz dane, o które poprosi lekarz – w tym numer PESEL, niezbędny do prawidłowego prowadzenia dokumentacji medycznej. W razie potrzeby podczas teleporady z wykorzystaniem kamery pokaż dowód osobisty.
- 3** Poinformuj lekarza, jeśli masz problemy techniczne. Jeżeli nie słyszysz lub nie rozumiesz, co lekarz do Ciebie mówi, powiedz mu o tym – to bardzo ważne, żebyś prawidłowo zapamiętała/zapamiętał otrzymane wskazówki. Możesz także poprosić lekarza, żeby wysłał Ci zalecenia na podany przez Ciebie adres e-mail.

### Wyczerpująco odpowiadaj na pytania.

- 4** Telekonsultacja udzielana przez lekarza/pielęgniarkę jest pełnoprawną formą badania lub innego postępowania medycznego. Nie lekceważ jej, nie traktuj zdawkowo, nie oszukuj rozmówcy. Poprzez rozmowę i weryfikację dostępnych informacji na Twój temat lekarz podejmie decyzje dotyczące diagnostyki i terapii.

### Co zrobić w przypadku złego samopoczucia lub nasilenia objawów?

- 5** Pamiętaj, by na początku rozmowy powiedzieć lekarzowi, gdzie teraz przebywasz. Dzięki temu w sytuacji awaryjnej Twój rozmówca będzie mógł wezwać służby medyczne, by Ci pomogły.

### Załącz Internetowe Konto Pacjenta na stronie [www.pacjent.gov.pl/ikp](http://www.pacjent.gov.pl/ikp)

- 6** Dzięki temu recepty będą wysyłane SMS-em lub mailem, co znacznie ułatwi ich realizację w aptece.

Oprócz lekarzy teleporad mogą udzielać również inne osoby wykonujące zawód medyczny: pielęgniarki, położne, fizjoterapeuci.

Traktuj teleporady poważnie – jako narzędzie w rękach lekarza, podobnie jak stetoskop lub ciśnieniomierz.

Pamiętaj, że telekonsultacje mają uzupełniać, a nie zastępować osobisty kontakt z lekarzem.



## O czym warto pamiętać?

- 1** Teleporada/telekonsultacja to konsultacja z lekarzem, który znajduje się w innym miejscu niż pacjent, przeprowadzana za pomocą telefonu lub systemu audio-wideo.
- 2** Spełnia ona warunki klasycznej porady: lekarz zachowuje profesjonalizm i należyłą staranność, a po rozmowie jest zobowiązany do sporządzenia dokumentacji medycznej.
- 3** W ramach teleporady lekarz może wystawić niezbędne dokumenty: receptę, zwolnienie, zlecenie czy skierowanie.
- 4** Jeżeli lekarz oceni, że na odległość nie może rzetelnie ocenić Twojego stanu zdrowia, poprosi Cię o stawienie się w placówce w celu uzupełnienia badania.
- 5** Teleporady zmniejszają ryzyko zakażenia koronawirusem i innymi patogenami.



## Monitoruj ciśnienie tętnicze

za pomocą  
aplikacji

**MyBP  
CONTROL**

Zapisuj swoje pomiary  
ciśnienia tętniczego

Śledź swoje postępy

Wyhoduj swoje drzewko!

Aplikacja jest dostępna w języku polskim

*Łatwa w użyciu*

pobierz aplikację

Download on the  
**App Store**

GET IT ON  
**Google Play**



## Kontroluj cukrzycę

za pomocą  
aplikacji

**DIABETES**WORDS

Aplikacja do codziennego użytku  
pasująca do Twoich potrzeb i dostarczająca  
jasnych odpowiedzi na pytania  
o cukrzycę typu 2

Aplikacja jest dostępna w języku polskim

*Łatwa w użyciu*

pobierz aplikację



## Kontroluj dławicę piersiową

za pomocą  
aplikacji

**AnginaControl**

Innowacyjne rozwiązanie  
pozwalające pacjentom z dławicą  
śledzić występujące u nich objawy

Aplikacja jest dostępna w języku polskim

*Łatwa w użyciu*

pobierz aplikację



W ramach serwisu edukacyjnego dla pacjentów **Servier** dostępne są **poradniki** i **dzienniczki** z zakresu **diabetologii**, **hipertensjologii**, **kardiologii**, **psychiatrii**.

Zapraszamy do odwiedzenia strony [www.servier.pl/content/dla-pacjenta](http://www.servier.pl/content/dla-pacjenta) w celu pobrania poradników.

### Więcej informacji na temat:

- ▶ chorób serca i naczyń, ich profilaktyki, czynników ryzyka:  
[www.dbajoserce.pl](http://www.dbajoserce.pl)  
[www.facebook.com/dbajoserce](https://www.facebook.com/dbajoserce)
- ▶ depresji, gdzie szukać pomocy:  
[www.forumprzeciwdepresji.pl](http://www.forumprzeciwdepresji.pl)  
[www.facebook.com/forumprzeciwdepresji](https://www.facebook.com/forumprzeciwdepresji)
- ▶ profilaktyki przeciwnowotworowej:  
[www.wylacZRaka.pl](http://www.wylacZRaka.pl)  
[www.facebook.com/wylacZRaka](https://www.facebook.com/wylacZRaka)



**SERVIER  
DLA SERCA**



**FORUM  
PRZECIW  
DEPRESJI**



**SERVIER  
WYŁĄCZ  
RAKA**