

Assister à votre rendez-vous virtuellement (via vidéo ou téléphone) : Un guide pour les patients

Étape 1: Assurez-vous d'avoir le bon équipement pour un rendez-vous virtuel.

- Si votre rendez-vous est via vidéo, vous aurez besoin d'un ordinateur, une tablette ou un téléphone avec caméra intégrée ou une caméra web avec adaptateur USB.

CONSEIL! Nous vous recommandons de ne pas utiliser votre téléphone pour un rendez-vous vidéo. Assurez-vous d'avoir une bonne connexion internet.



- Assurez-vous d'avoir une bonne connexion internet.

CONSEIL! Si vous pouvez regarder YouTube ou Netflix, votre connexion est probablement suffisante.

- Assurez-vous que votre téléphone ou votre ordinateur soit complètement chargé.

Étape 2: Préparation à votre rendez-vous virtuel.



Avant votre rendez-vous, demandez aux autres membres de votre demeure d'arrêter l'utilisation de toute application internet qui pourrait ralentir votre connexion (par exemple, le streaming ou les jeux).



Ayez en main tous les dossiers médicaux pertinents, les ordonnances, la liste de médicaments (et posologie) et les résultats de laboratoire. Si vous avez consulté d'autres professionnels de la santé, assurez-vous d'avoir par écrit les informations de ces rendez-vous.



Préparez et hiérarchisez une liste de toutes les questions et les préoccupations dont vous souhaitez discuter. Gardez papier et crayon à vos côtés.



Préparez votre environnement en organisant recevoir votre appel dans une pièce tranquille et bien éclairée. Informez votre famille de l'heure de votre rendez-vous et demandez de ne pas être dérangé. Éteignez la télévision et la radio.



Testez votre arrangement avant le rendez-vous pour vous assurer que l'éclairage est bon et que la caméra est à une bonne hauteur pour que votre médecin puisse bien vous voir. Évitez d'avoir une lumière brillante derrière vous – par exemple, face à la fenêtre plutôt que de dos. Cela fera en sorte que votre visage soit vu clairement.



Connectez votre ordinateur ou portable à l'internet à l'avance et assurez-vous que le volume soit réglé sur fort ou utilisez des écouteurs munis d'un microphone.



Asseyez-vous assez près de votre ordinateur ou portable pour que votre tête et vos épaules soient visibles.



Si quelqu'un vous accompagne, n'oubliez pas d'en informer votre médecin et assurez-vous de pouvoir être vus tous les deux.

CONSEIL! Avant votre rendez-vous, assurez-vous d'avoir en main les instructions pour vous connecter qu'on vous a offerts lors de la prise du rendez-vous.

Étape 3: Pendant votre rendez-vous virtuel

- Regardez** directement l'écran.
- Parlez plus **lentement** que d'habitude afin d'aider votre professionnel de la santé à vous entendre plus clairement. Si vous n'entendez pas ou ne comprenez pas ce que votre médecin dit, ne soyez pas timide, dites-le.
- N'interrompez pas** votre professionnel de la santé. Faites une pause après avoir parlé et soyez conscient de prendre la parole à tour de rôle.
- Soyez concentré** sur votre rendez-vous. N'ayez rien autour de vous qui pourrait vous distraire.
- Si votre connexion est coupée et que vous n'arrivez pas à vous reconnecter – **ne paniquez pas**. Votre professionnel de la santé vous appellera probablement.
- Votre **temps est limité** avec votre professionnel de la santé – soyez préparé afin de ne pas avoir à vous éloigner de la caméra.
- Écrivez tous les conseils**, les instructions et les réponses à vos questions et préoccupations.
- Assurez-vous de **bien comprendre** ce qui a été discuté ainsi que les **prochaines étapes** (par exemple, où laisser un échantillon, quand votre ordonnance sera prête ou quand prendre le prochain rendez-vous).
- CONSEIL!** Répétez toutes les instructions ou les choses que vous devez faire à votre professionnel de la santé.
- Lorsque vous avez tous les deux dit **au revoir**, assurez-vous de déconnecter l'appel.

Contactez
Nous:



www.spondylitis.ca



info@spondylitis.ca



1-(866)-989-8787

Suivez-Nous



@SpondylitisCA





Attending Your Appointment Virtually (by video or phone): A Guide for Patients

Step 1: Check that you have the right technology for a virtual appointment

- If your appointment is by video, you will need a computer, tablet, or phone with either a built in camera or USB web-cam.
TIP! We recommend you do not use your phone for a video appointment.
- Ensure you have a strong internet connection.
TIP! If you can watch YouTube or Netflix, your connection is probably good enough.
- Make sure your phone or computer is fully charged.



Step 2: Preparing for your virtual appointment.

-  **Before** your appointment, ask others in your household to stop using any internet applications that could slow down your connection (ie. streaming or gaming).
-  **Have on hand** all relevant health records, prescriptions, lists of medications (and dosing) and lab results. If you've seen other healthcare providers make sure those appointment details are written down.
-  **Prepare & prioritize** a list of any questions or concerns you want to discuss and have a pen and notepad by your side.
-  **Prepare your surroundings** by arranging to have your call in a quiet and well-lit room. Let your family know the time of your appointment and not to interrupt you. Turn off the TV or radio.
-  **Test your setting** in advance of the appointment to make sure the lighting good and your camera is at a good level for your doctor to see you. Try not to sit with a bright light behind you - for example face the window rather than having your back towards the window. This will ensure your face can be seen clearly.
-  **Connect** your computer or laptop to the internet in advance and make sure the volume is set to loud or use headphones with a built-in microphone.
-  **Sit Close** enough to your computer or laptop so your head and shoulders can be seen.
-  **If someone is joining you**, remember to let the healthcare professional know and make sure both of you can be seen.

TIP! In advance of your appointment, make sure you have the connection instructions provided to you when your appointment was made.

Step 3: During your Virtual Appointment

- Look** directly at the screen.
- Speak **slower** than normal to help your healthcare provider hear you more clearly. If you can't hear or don't understand what your healthcare professional is saying, don't be shy - speak up.
- Be sure to **not interrupt** your healthcare provider. Pause after speaking and be conscious of taking turns to speak.
- Be focused** on your appointment. Don't have anything around that will distract you.
- If you happen to get disconnected and can't reconnect - **don't panic**. Your healthcare provider will likely call you.
- Your **time is limited** with your healthcare professional - be prepared so you don't need to step away from your camera.
- Write down** any advice, instructions and answers to your questions or concerns.
- Make sure you **understand** what was discussed and the **next steps** (e.g. where to leave a specimen, when your prescription will be called in or when you should book your next appointment).
TIP! Repeat any instructions or action items for you back to your healthcare provider.
- When you both have said **goodbye**, make sure to disconnect the call.