

遠距醫療服務是在家取得行為健康照護的安全便利選項。您可能不需要交通工具、不需要請假，也不需要安排托兒，就可以接受看診。這些因素可能對您的治療計劃來說均十分重要。



我該如何使用遠距醫療服務？

遠距醫療服務使用電子技術來向與醫療服務提供者位在不同地點的人士提供行為健康照護。使用的技術類型包括：

- 附有攝影鏡頭的電腦
- 電話
- 平板電腦
- 手機或 WIFI 連線




我的個人資訊是否安全？

是。遠距醫療服務是透過線上與醫療服務提供者聯繫的安全方式。正如同現場照護，您的遠距醫療約診、訊息及資訊均受到隱私法的保護。遠距醫療視訊看診不會有紀錄。

以下是保護您資訊安全的一些方式：

我們的合作夥伴也建議您透過下列方式保護您的資訊安全：

- 僅在網址列有上鎖圖  示的安全網站輸入您的個人資訊
- 使用最新版的病毒防護軟體保護您的裝置
- 使用密碼保護您的無線網路連線
- 避免使用公共 Wi-Fi 來取得遠距醫療服務
- 若您與沒有與您同住的人或家人以外的人共用裝置，避免使用該裝置取得遠距醫療服務



我該如何為遠距醫療看診做準備？

- 為自己預留多點時間來為您的約診做事前準備。
- 若有使用攝影鏡頭，請確保鏡頭保持穩定。請將您的電腦或筆電放在平坦的表面，或者將您的手機或平板電腦放在書桌或桌子上的手機平板架上。
- 專注接受看診。將接受看診視為優先事項並避免分心（例如開車或搭車或處理雜事）。

- 選擇一個較為隱密的地點。如果您找不到隱密的地點可以接受視訊看診，請告知您的醫療服務提供者。適合接受看診的隱密地點包括：
 - 您家中的私人房間。
 - 您的車中（處於停車狀態）。
 - 朋友家中的私人房間
 - 戶外沒有其他人的地方
- 正如同一般現場診所看診，醫療服務提供者有時候會有看診進度落後的情況。請耐心等待醫療服務提供者為您看診。



如果我遇到困難該怎麼辦？

每個人都有可能遇到技術性問題，且大多數時候，這些問題錯都不在您。如果您在接受視訊看診期間遇到技術性問題，以下是您可解決問題的一些方法：

- 將您的電腦或裝置重新開機。
- 確認裝置有插電並充好電。
- 關閉其他所有應用程式。
- 嘗試使用其他裝置連線。
- 查看以確認您的攝影鏡頭和麥克風處於開啟狀態。
- 致電您的醫療服務提供者。應有人可協助您解決技術性問題或協助您重新安排遠距醫療看診。



如果我需要口譯員或者我是視障、聽障或語障人士該怎麼辦？

口譯員可加入您的看診並協助您與醫療服務提供者溝通。如果您需要使用口譯員、輔助裝置或其他服務，請告知您的醫療服務提供者。



使用遠距醫療服務是否有風險？

是，使用遠距醫療服務有風險。

- 網際網路問題、小故障或是音訊或影像延遲均有可能發生。
- 在接受看診期間，您應保護自己的隱私不受您身旁室友或家人的侵犯。
- 您電腦或智慧型裝置中的資訊可能會有安全方面的危險。

其他資源



如果您需要立即獲得照護，或者您發生危急情況：

請致電 Clackamas 危急情況處理與支援專線 503-655-8585。



如果我沒有穩定的網際網路該怎麼辦？

下列資源可能可以提供協助：

- **平價網路連線計劃 (Affordable Connectivity Program, ACP)**
ACP 旨在為低收入家庭提供網際網路服務帳單的費用補助，以協助低收入家庭負擔網際網路連線的費用。如果您需要向人諮詢您的資格或申請進度，請致電 877- 384-2575 與 ACP 支援中心聯絡或造訪 affordableconnectivity.gov
- **生命線**
由聯邦通訊委員會 (Federal Communications Commission, FCC) 資助的政府計劃。此計劃為低收入家庭提供每月電話或網際網路服務的折扣。如需更多資訊，或者您想請人郵寄申請表給您，請聯絡生命線 800-234-9473 或造訪 www.fcc.gov/lifeline-consumers
- 您可在下列網站找到其他計劃：www.highspeedinternet.com



我該如何學習網際網路技能？

- 美國國家醫學圖書館 (National Library of Medicine, NIH)
allofus.nlm.gov/learn-internet-skills
- NIH 數位健康識能
包含免費線上學習單元 allofus.nlm.gov/digital-health-literacy
- 俄勒岡市圖書館自學網站
www.orcity.org/library/teach-yourself-tech



想要進一步瞭解有關遠距醫療服務的資訊嗎？

- telehealth.hhs.gov
- www.cms.gov