# Telehealth Visit FAQs

## टेलिहेल्थ भिजिट भनेको के हो?

टेलिल्थले तपाईंलाई अफिसमा आउनुको सट्टा टेलिफोन वा भिडियो प्रयोग गरेर तपाईंको प्रदायकसँग जडान गर्न अनुमति दिन्छ। हाम्रो प्रदायकहरूले धेरै वयस्क र बाल चिकित्सा अवस्थाको निदान र उपचार गर्न सक्दछन्, र फोन वा भिडियो प्रयोग गरेर औषधीहरू सिफारिस गर्न सक्दछन्। हामी तपाईंलाई उस्तै गुणस्तरको हेरचाह प्रदान गर्नेछौं जुन तपाईं हाम्रो अफिसमा पाउनुहुनेछ, तपाईंको घरको आरामका साथ्। हामी टेलिहेल्थ भ्रमणका लागि अनुवाद सेवाहरू पनि प्रधान गर्दछौं।

## दुई तरिकाहरू छन् जुन तपाईं आफ्नो प्रदायकसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ:

- **फोन भ्रमण:** तपाई आफ्नो प्रदायकसँग टेलिफोनमा कुरा गर्नुहुनेछ।
- **भिडियो भ्रमण:** तपाईं आफ्नो स्मार्टफोन, कम्प्युटर, वा ट्याब्लेटमा अडियो र भिडियो प्रयोग गरेर तपाईंको प्रदायकसँग कुरा गर्नुहुनेछ।

## के म एक टेलिभेट भ्रमणको लागि कम्प्यूटरको आवश्यकता छ?

फोन भिजिटका लागि तपाईलाई चाहिएको फोन हो।

भिडियो भ्रमणको लागि तपाईलाई कम्प्युटर, स्मार्टफोन वा ट्याब्लेटको आवश्यकता पर्दछ जुन क्यामेराको साथ इन्टरनेटमा जडान हुन सक्छ। तपाईं आफ्नो **MyChart** पोर्टलमा जडान गर्नुहुनेछ, जहाँ तपाईंको सम्पूर्ण भ्रमण अनलाइन आयोजित गरिनेछ। तपाईंले भिडियो भ्रमणको लागि **MyChart** खाता सिर्जना गर्न आवश्यक छ।

## फोन भ्रमणले कसरी काम गर्छ?

यदि तपाईंलाई फोन भ्रमण को लागी निर्धारित गरीएको छ भने, तपाईले फोनमा चेक इन गर्न निर्धारित तालिका ३० मिनेट भित्र कल प्राप्त गर्नुहुनेछ।दोभासे आवश्यकता अनुसार सम्पर्कमा  सामेल हुनेछ। हामी तपाईंसँग हाम्रो सामान्य चेक-इन प्रश्नहरू पार गर्नेछौं र तपाईंको स्वास्थ्य बीमा र सम्पर्क जानकारी अध्यावधिक गर्नेछौं।

जब तपाईंको चेक-इन पूरा हुन्छ, हामी तपाईंसँग कल समाप्त गर्नेछौं र तपाईंको प्रदायकलाई सूचित गर्नेछौं कि तपाईं चेक इन हुनुभएको छ। जब तपाईंको अपोइन्टमेन्टको समय हो, तपाईं आफ्नो प्रदायकबाट कल पाउनुहुनेछ, र यदि आवश्यक भएमा दोभाषे, र तिनैजनाको फोन मार्फत वार्ता हुन्छ। यदि तपाइँ **MyChart** को लागी साइन अप हुनुभएको छ भने,तपाइँको सारांश अन्तर्वार्ता पछि प्राप्त गर्नुहुनेछ।

## फोन भ्रमणले कसरी काम गर्छ?

यदि तपाईंलाई फोन भ्रमण को लागी निर्धारित गरीएको छ भने, तपाईले फोनमा चेक इन गर्न निर्धारित तालिका ३० मिनेट भित्र कल प्राप्त गर्नुहुनेछ।दोभासे आवश्यकता अनुसार सम्पर्कमा  सामेल हुनेछ। हामी तपाईंसँग हाम्रो सामान्य चेक-इन प्रश्नहरू पार गर्नेछौं र तपाईंको स्वास्थ्य बीमा र सम्पर्क जानकारी अध्यावधिक गर्नेछौं।जब तपाईंको चेक-इन पूरा हुन्छ, हामी तपाईंसँग कल समाप्त गर्नेछौं र तपाईंको प्रदायकलाई सूचित गर्नेछौं कि तपाईं चेक इन हुनुभएको छ। जब तपाईंको अपोइन्टमेन्टको समय हो, तपाईं आफ्नो प्रदायकबाट कल पाउनुहुनेछ, र यदि आवश्यक भएमा दोभाषे, र तिनैजनाको फोन मार्फत वार्ता हुन्छ। यदि तपाइँ **MyChart** को लागी साइन अप हुनुभएको छ भने,तपाइँको सारांश अन्तर्वार्ता पछि प्राप्त गर्नुहुनेछ।

## भिडियो भ्रमणले कसरि कार्य गर्दछ?

तपाईको निर्धारित भिडियो भ्रमण गर्नुलाइ ३ दिन अघिनै **eCheck-In** गर्न सक्नुहुनेछ। तपाईं आफ्नो कम्प्युटर, स्मार्टफोन वा ट्याब्लेटबाट लगईन गर्न सक्नुहुनेछ। यदि तपाइँ स्मार्टफोन प्रयोग गर्ने योजनामा हुनुहुन्छ भने, तपाइँले पहिले नि: शुल्क MyChart अनुप्रयोग डाउनलोड गर्नु पर्छ। तपाइँलाई तपाइँको सम्पर्क जानकारी, स्वास्थ्य बीमा, र अन्य जानकारी प्रमाणित गर्न **eCheck-In** गर्न सोधिनेछ।

त्येसपछि , तपाईंको निर्धारित भिडियो भ्रमण गर्नु अघि ३० मिनेट भित्रमा, तपाईले भ्रमण सुरु मा क्लिक गर्नुहोस्। यदि प्रदायक पहिले नै सामिल भएको छैन भने चिन्ता नलिनुहोस्। तिनीहरू साईन ईन नगरेसम्म तपाईं भर्चुअल प्रतीक्षालयमा रहनुहुनेछ। तपाईंको प्रदायकले भिडियो मार्फत तपाईंसँग भ्रमण गर्नेछन्। तपाइँले भ्रमण पूरा गरे पछि सारांश प्राप्त गर्नुहुनेछ।

### मेरो टेलिहेल्थ भ्रमण गोप्य छ?

हो, सबै फोन र भिडियो भ्रमणहरू पूर्ण रूपमा गोप्य र सुरक्षित छन्।

## MyChart भनेको के हो?

MyChart हाम्रो इलेक्ट्रोनिक बिरामी पोर्टल हो। यो अंग्रेजी र स्पेनिश भाषामा उपलब्ध छ। यसले तपाईंलाई तपाईंको स्वास्थ्य रेकर्ड पहुँच गर्न र सुरक्षित अनलाइन वातावरणमा तपाईंको स्वास्थ्य देखभाल प्रबन्ध गर्न अनुमति दिन्छ। तपाईं आफ्नो प्रयोगशाला परिणामहरू, खोपहरू, र तपाईंको हेरचाहको सारांशहरू हेर्न सक्नुहुन्छ। MyChart प्रयोग गर्नाले तपाईंको डाक्टरलाई सम्पर्क गर्न, प्रश्नहरू सोध्न, र अनलाइन अप्लुइन्टमेन्टहरू https://mychart.ochin.org/ मा गर्न सजिलो बनाउँदछ।

## म कसरी मेरो वा मेरो छोरा छोरीको लागि मिश्याट खाता बनाउन सक्छु?

तपाईंको खाता सेट अप गर्न तपाईंको बच्चाको लागि प्रोक्सी खाता सिर्जना गर्नुको लागिहामीलाई (४१३) ७३९-११०० मा कल गर्नुहोस्। हामी सोमबार देखि सुक्रबार सम्म  बिहान ८:३० देखि बेलुका ५:०० बजे सम्म खुला रहन्छौं।

## म कसरी टेलिहेल्थ भ्रमण तालिका बनाउन वा रद्द गर्न सक्छु?

फोन भ्रमणको समय तालिका गर्न वा रद्द गर्नको लागि, क्यारिंग हेल्थ सेन्टरमा (४१३) ७३९-११००. कल गर्नुहोस्।

भिडियो भ्रमणको तालिका बनाउन वा रद्द गर्नको लागि, तपाईंको MyChart खातामा लग इन गर्नुहोस्।तपाइँको भिडियो भ्रमण रद्द गर्नलाई MyChart को माध्यमबाट भिडियो सुरु हुनुभन्दा ५ मिनेट अघि सम्म रद्द गर्न सक्नुहुन्छ। केवल MyChart मा लग ईन गर्नुहोस्, भिजिट मा जानुस > आगामी अपोइन्टमेन्ट्स र तपाईंको अपोइन्टमेन्टको विवरण चयन गर्नुहोस्।

## कहिले टेलिहेल्थ भ्रमणको प्रस्ताव आउँदछ?

हामी सोमबार देखि सुक्रबार सम्म  बिहान ८:३० देखि बेलुका ५:०० बजे सम्म प्रस्ताब गर्दछौं।

## के मेरो बच्चाहरूलाई टेलिहेल्थ मार्फत उपचार गर्न सकिन्छ?

हजुर, हामी टेलहेल्थ मार्फत १२ महिना र अधिक उमेरका बच्चाहरूलाई उपचार गर्न सक्छौं।

- यदि तपाईंको बच्चा **१ बर्ष भन्दा कम** उमेरको छ भने, कृपया तपाईंको बाल रोग विशेषज्ञ, तत्काल हेरचाह केन्द्र, वा आपतकालीन कोठामा सम्पर्क गर्नुहोस्।
- यदि तपाईंको बच्चा **१३ बर्ष भन्दा कम** उमेरको छ भने, तपाईंले आफ्नो बच्चालाई टेलिल्ल्थ मार्फत भ्रमण गराउनको लागि आफ्नो **MyChart** खातामा थप्न आवश्यक पर्दछ।
- **१३ बर्ष वा माथिका** बच्चाहरूसँग टेलहेल्थ मार्फत भ्रमण गर्नको लागि आफ्नै MyChart खाता हुनुपर्दछ।

## के म औषधी रिफिल टेलिहेल्थ मार्फत गर्न सक्छु?

हजुर, हाम्रो प्रदायकहरूले तपाईंको स्थानीय फार्मेसीमा प्रिस्क्रिप्शनको लागि कल गर्नेछन्। तपाईंको फोन वा भिडियो भ्रमणको क्रममा तपाईंका औषधीहरू साथमा राख्नुहोस्। हामी नियन्त्रणित औषधीहरू (जस्तै मादक पदार्थहरू) पुन: भर्न सक्षम छैनौं। तपाईंले नियोजित औषधीहरू पुन: भर्नाका लागि आफ्नो विहित चिकित्सकलाई सम्पर्क गर्नुपर्नेछ।

## म कसलाई देख्न सक्छु?

तपाईंको चिकित्सा आवश्यकतामा निर्भर गर्दै, तपाईं हाम्रा लाइसेन्स प्राप्त र बोर्ड-प्रमाणित चिकित्सकहरू, नर्स चिकित्सकहरू, चिकित्सक सहायक, नर्सहरू, व्यवहार स्वास्थ्य क्लिनिकहरू, क्लिनिकल फार्मासिष्टहरू, वा दन्त चिकित्सकहरू देख्नुहुनेछ।

## मसँग अनुसरण फलोअप प्रश्नहरु छन् भने क गने?

क्यारिंग हेल्थ सेन्टर (४१३) ७३९- ११०० मा सम्पर्क गर्नुस वा केवल तपाइँको **MyChart** खातामा लग-इन गर्नुहोस् र तपाइँको प्रदायकलाई एक सुरक्षित सन्देश पठाउनुहोस्।