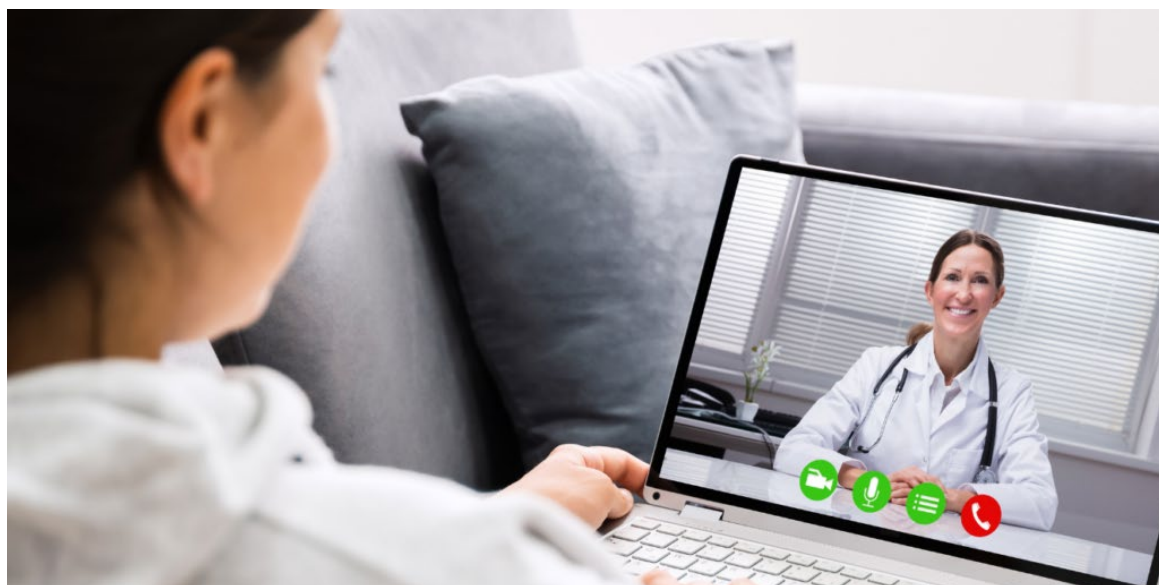


## Vzdálená péče: péče o zdraví pomocí digitálních nástrojů

Tento informační přehled se zabývá tím, jak digitální technologie mění zdravotní péči a co to pro vás znamená.



### Jak digitální technologie mění zdravotní péči?

Pokroky v oblasti digitálních technologií mění způsob poskytování zdravotní péče. Digitálními technologiemi se rozumí elektronická zařízení a systémy, které fungují online.

Online platformy, videohovory, zařízení, která nosíte na sobě (nositelná zařízení), a aplikace se stávají běžnými nástroji péče o naše zdraví. Ve zdravotnictví se tento přístup často označuje jako „telemedicína“. V praxi to znamená zdravotní péči poskytovanou na dálku. Zdravotnický pracovník a pacient se tak spojují pomocí digitálních technologií.

V důsledku pandemie COVID-19 bylo nutné tuto změnu výrazně urychlit. V té době byla péče často poskytována digitálně. Cílem bylo omezit šíření pandemie a zároveň nadále poskytovat podporu lidem, kteří ji potřebují.

### Co tyto změny znamenají?

Během pandemie COVID-19 se poskytovatelé zdravotní péče i občané museli přizpůsobit změnám ve zdravotní péči. V mnoha prostředích to znamenalo, že se

zdravotnickými pracovníky bylo nutné hovořit prostřednictvím telefonních hovorů a videohovorů.

S tím, jak pandemie polevuje a služby se vrací do normálu, je i nadále možné využívat digitální nástroje. To by mohlo znamenat, že v příštích letech budete mít na výběr mezi zdravotní péčí poskytovanou osobně a určitým řízením zdraví na dálku. S tím, jak další výzkumy zkoumají, jak jsou tyto služby účinné a jaký je nejlepší způsob jejich poskytování, mohlo by v budoucnu dojít k dalším změnám.

## Jak mohu spravovat svůj zdravotní stav pomocí digitálních nástrojů?

Digitální nástroje mají dopad na všechny oblasti zdravotní péče. Patří sem konzultace na dálku a domácí monitorování, stejně jako nositelná zařízení a zdravotní aplikace. Zde je několik příkladů způsobů, jakými se technologie ve zdravotnictví využívají:

### Videohovory za účelem konzultací

Pokud máte naplánovanou videoschůzku, obdržíte od svého poskytovatele zdravotní péče e-mail nebo textovou zprávu. Ta vám potvrdí datum a čas schůzky a způsob, jakým k videohovoru získáte přístup. Schůzku můžete absolvovat na svém chytrém telefonu, tabletu nebo počítači. Schůzka na dálku vám bude nabídnuta pouze v případě, že váš poskytovatel zdravotní péče nepotřebuje v této fázi provést fyzické vyšetření. Viz níže uvedený oddíl o tom, jak se můžete na takovou schůzku připravit.

### Sdílení fotografií nebo videí

Před rozhovorem se zdravotnickým pracovníkem můžete být požádáni o sdílení fotografie nebo videa zachycujícího váš zdravotní stav nebo konkrétní příznaky. Poskytovatel zdravotní péče vám zašle stručný návod, jak to provést. Fotografie a videa se obvykle zasílají prostřednictvím textových zpráv, e-mailů nebo zabezpečeného nahrání na online platformu. To pomůže zdravotnickému pracovníkovi lépe porozumět vašemu zdravotnímu stavu. Zdravotnický pracovník s vámi může také sdílet soubory nebo videa. Může se jednat například o informační letáky nebo videa s návodem, jak používat zdravotnický prostředek.

### Virtuální nemocniční pokoje a domácí monitoring

Za určitých okolností mohou být lidé propuštěni z nemocnice a sledováni doma. Dobrý příklad takového postupu byl k vidění během pandemie COVID-19. Vzhledem k vysoké obsazenosti nemocničních lůžek mohli lidé, kteří měli stabilnější příznaky, odejít domů. Nadále dostávali kyslík a jejich příznaky a hladinu kyslíku sledovali na dálku konzultanti.

### Online rehabilitace a sezení zaměřená na aktivity

Pokud vám bylo doporučeno účastnit se sezení zaměřených na aktivity nebo rehabilitace, které vám pomohou zvládat příznaky nebo se zotavit z nemoci, lze to uskutečnit prostřednictvím online kurzu nebo školení. Kurzy mohou probíhat

prostřednictvím videoschůzek, k nimž se připojuje mnoho lidí, kteří se jich účastní v přímém přenosu. Případně vám mohou být zaslána nahraná videa, která můžete sledovat ve svém volném čase.

### Online deníky nebo dotazníky

Můžete se rozhodnout zaznamenávat své příznaky do online deníku. Pomůže vám to sledovat, jak se cítíte v průběhu času. Je užitečné mít osobní záznam, který si můžete vzít s sebou na další konzultaci.

Online dotazníky mohou vytvořit obraz o vašem zdravotním stavu v průběhu určitého časového období. Zdravotnický pracovník vás o jeho vyplnění může požádat před příchodem na schůzku. Dotazník k vyplnění vám může být zaslán e-mailem nebo textovou zprávou před návštěvou.

### Nositelná zařízení

Zařízení, která můžete nosit, například chytré hodinky, mohou pomoci sledovat celou řadu měřených údajů o vašem těle. Jedná se například o srdeční tep, úroveň stresu, spánkový režim, hladinu kyslíku a úroveň aktivity. Tato zařízení jsou obvykle propojena s aplikací ve vašem chytrém telefonu nebo tabletu. Aplikace je program, který si můžete nainstalovat do chytrého telefonu nebo tabletu. Shromažďuje informace a v průběhu času vytváří obraz o zdravotním stavu.

Tyto systémy obvykle nejsou přímo propojeny s vaším poskytovatelem zdravotní péče. Mohou však představovat užitečné informace, které budete mít k dispozici při konzultaci se svým zdravotnickým pracovníkem.

### Zdravotní aplikace

Existuje mnoho aplikací, které vám pomohou sledovat vaše zdraví. Některé z nich obsahují informace o tom, jak zvládat vaše onemocnění. Jiné vám připomenou, abyste si vzali léky, nebo vám umožní sledovat záznamy ze zdravotnického prostředku.

Většinu aplikací si můžete stáhnout a používat sami, pokud se tak rozhodnete. Pokud chce poskytovatel zdravotní péče přijímat údaje z vašeho zdravotnického prostředku, projedná to s vámi. Může vám říci, kterou aplikaci nebo platformu je nutné použít, protože bude třeba ji připojit k nemocničnímu systému.

### Jaké jsou výhody?

Používání digitálních technologií ve zdravotnictví má mnoho výhod. Zde je několik příkladů, jak mohou digitální nástroje prospět jednotlivcům:

#### Omezení potřeby cestování

Pokud se můžete zúčastnit konzultace na dálku, nemusíte cestovat. Ušetříte tak čas i peníze a je to lepší pro životní prostředí.

## Zlepšení přístupu k odborníkům

Vzdálené videohovory a telefonické hovory mohou usnadnit přístup ke všem zdravotnickým pracovníkům, aniž by bylo nutné cestovat na schůzky.

V některých případech může být také obtížné navštívit specialistu na vaše onemocnění, který může pracovat ve specializované nemocnici, a ne ve vaší místní nemocnici. Konzultace na dálku usnadňují přístup k této úrovni péče bez ohledu na to, kde žijete.

## Zlepšení spolupráce a posílení kompetencí

Podnikání kroků ke kontrole vašeho zdravotního stavu doma vám může dát nový pocit porozumění vašemu onemocnění. Můžete tak cítit, že máte nad svým zdravotním stavem větší kontrolu a že můžete přispět do diskuse o svém zdraví. Může vám to rovněž pomoci, abyste nezapomínali užívat léky. To je obzvláště užitečné, pokud jste někdo, kdo má problémy s dodržováním doporučeného léčebného režimu.

## Možnost volby prostředí

Některým lidem může být prostředí nemocnice nebo kliniky nepříjemné a dávají přednost konzultacím ve svém vlastním domově. Někteří lidé mohou považovat za užitečné umožnit poskytovateli zdravotní péče, aby si představil, jaké to je žít s jejich onemocněním doma.

Vzdálené videohovory poskytují možnost být doma, což mohou někteří lidé upřednostňovat zejména v případě, že se dozvědí nepříjemné zprávy.

## Ochrana před infekcemi

Konzultace na dálku omezují šíření infekcí. Pokud máte nějaké nakažlivé příznaky, je pro vás bezpečnější být doma než cestovat do zdravotnického zařízení, kde byste mohli nakazit ostatní. To také znamená, že jste chráněni před kýmkoliv jiným v čekárně nebo v prostředcích veřejné dopravy, kdo může mít infekční příznaky.

## Jaké jsou před námi výzvy?

S tím, jak se digitální platformy stále běžněji používají, je ve zdravotnictví stále zapotřebí mnoho změn. Zde je několik výzev, kterým čelí zdravotnické systémy i veřejnost:

### Změny struktur ve zdravotnických zařízeních

V rámci zdravotnických zařízení je zapotřebí nových systémů a změn pracovních vzorců. Pokud například celé skupiny pacientů dostávají aplikace, které zaznamenávají jejich příznaky, je třeba, aby byli na pracovišti k dispozici zdravotničtí pracovníci, kteří tyto informace kontrolují. Musí být schopni jednat na základě obdržených informací, pokud je třeba sledovat nějaké varovné příznaky. Může být

také nutné, aby zaměstnanci absolvovali nové školení, aby byli schopni naučit lidi používat nové digitální nástroje a odpovídat na případné dotazy na dálku.

## Přístup a vzdělávání

Mnohé z těchto nástrojů potřebují k domácímu použití chytrý telefon, tablet nebo notebook a spolehlivé připojení k internetu. Ne každý má k těmto zařízením přístup nebo s nimi umí pracovat. Někteří lidé je také nemusí být schopni fyzicky používat. S tím, jak se technologie mění, bude důležité zajistit, aby všichni lidé měli i nadále přístup ke zdravotní péči. Služby poskytované osobně by měly zůstat dostupné, pokud jsou potřebné nebo upřednostňované.

## Zabezpečení údajů

K bezpečné správě osobních údajů jsou zapotřebí vhodné systémy. Pokud jste například svému lékaři poskytli fotografii, musí být řádně uchovávána v souladu se zákony o zabezpečení údajů platnými ve vaší zemi. Další informace o této problematice naleznete v [informačním přehledu ELF o sdílení údajů](#).

## Lékařská etika a vztahy

V lékařství existují etické normy. Ty určují, jak musí zdravotničtí pracovníci jednat. Existují obavy, zda je možné tyto normy při těchto změnách dodržovat. Ovlivní například konzultace na dálku vztah mezi pacientem a jeho poskytovatelem péče? Ve zdravotnictví se dodržují vysoké standardy pro zachování soukromí – může tomu tak být i na digitálních platformách?

Zatímco se svět přizpůsobuje novým způsobům práce po pandemii viru COVID-19, zabývají se těmito výzvami vlády a zdravotnické systémy.

## Co se bude dít během virtuální konzultace a jak se na ni můžete připravit?

Pokud jste byli pozváni na online schůzku nebo konzultaci, můžete využít následující tipy, které vám pomohou se připravit:

### Před uskutečněním hovoru

- Rozhodněte se, jaké zařízení (počítač, tablet nebo chytrý telefon) budete pro konzultaci používat. Ať už si vyberete jakékoliv zařízení, budete potřebovat stabilní připojení k internetu. Ujistěte se, že víte, jak zapnout mikrofon, kameru pro video a také zvuk.
- Stojí za to si situaci nacvičit a vybrat si místo, kde budete sedět během hovoru. Zkontrolujte, zda máte správné osvětlení, a nacvičte si, aby váš obličej byl uprostřed obrazovky a díval se přímo do kamery. Pokud si nejste jisti – máte přátele, rodinu nebo sousedy, kteří by vám to mohli vysvětlit? Můžete také vyhledat na internetu videa s návodem, jak na to.

- Vyhledejte pozvánku na schůzku, která bude obsahovat podrobnosti o tom, jak se připojit k hovoru. Přečtěte si je a ujistěte se, že jste seznámeni s kroky, které je třeba provést.
- Připravte si seznam záležitostí, které chcete prodiskutovat – můžete si vypsát několik stručných bodů, které chcete probrat, abyste během hovoru na nic nezapomněli.

## Během hovoru

- Pokud se video nepřipojí, poskytovatel zdravotní péče pravděpodobně zkusí zavolat na telefonní číslo, které má ve vašem záznamu. Pokud se s vámi telefonicky nespojí, obvykle vás přeobjedná na jiný termín.
- Připravte si poznámkový blok nebo dokument otevřený v počítači, abyste si mohli během hovoru zapisovat případné poznámky. Poskytovatel zdravotní péče si zároveň udělá poznámky do vašeho online záznamu.
- Pokud si nejste jisti obsahem rozhovoru, můžete si po skončení hovoru zrekapitulovat, co jste slyšeli. Poskytovatel zdravotní péče vám pak může říci, zda jste některým bodům nepochopili.
- Poskytovatel zdravotní péče vám může během videohovoru vystavit online recept nebo vás odeslat k dalšímu ošetření jako obvykle. Pokud si nejste jisti, jak získat přístup k receptu nebo jak se dozvíte o dalších schůzkách, určitě se zeptejte před ukončením hovoru.

## Další informace

### Informace pro pacienty:

- Evropská plicní nadace – [informační přehled o sdílení údajů](#)
- Přečtěte si osobní příběhy o využívání digitálního zdravotnictví na [webových stránkách Světové zdravotnické organizace](#).

### Vědecký výzkum digitálních nástrojů v oblasti plicního zdraví:

- Tento článek podává přehled digitální péče nabízené během pandemie: [„Telemedicine and virtual respiratory care in the era of COVID-19“ \(Telemedicína a virtuální respirační péče v éře onemocnění COVID-19\)](#)
- Tento článek se zabývá tím, jak domácí monitoring pomohl lidem s onemocněním COVID-19 během pandemie: [„Home-monitoring reduces hospital stay for COVID-19 patients“ \(Domácí monitoring zkracuje pobyt pacientů s onemocněním COVID-19 v nemocnici\)](#)



Evropská plicní nadace ve spolupráci s Evropskou respirační společností spojuje pacienty a veřejnost se zdravotnickými pracovníky s cílem zlepšit zdraví plic a pokročit v diagnostice, léčbě a péči.

Při přípravě tohoto informačního přehledu poskytli pomoc Dr. Hilary Pinnock, Jellien Makonga-Braaksma, Dr. Carme Hernández, Kjeld Hansen a Joyce Norwell.

Vytvořila jej Evropská plicní nadace pro projekt DRAGON. [Zjistěte více informací o tomto projektu.](#)

# DRAGON



Tato práce získala podporu z grantu č. 101005122 – EU/EFPIA Innovative Medicines Initiative 2 Joint Undertaking – DRAGON. Další informace naleznete na adrese: <https://www.imi.europa.eu/>

Toto sdělení odráží názor autora a IMI, Evropská unie, EFPIA ani žádní přidružení partneři nenesou odpovědnost za jakékoli použití informací v něm obsažených.