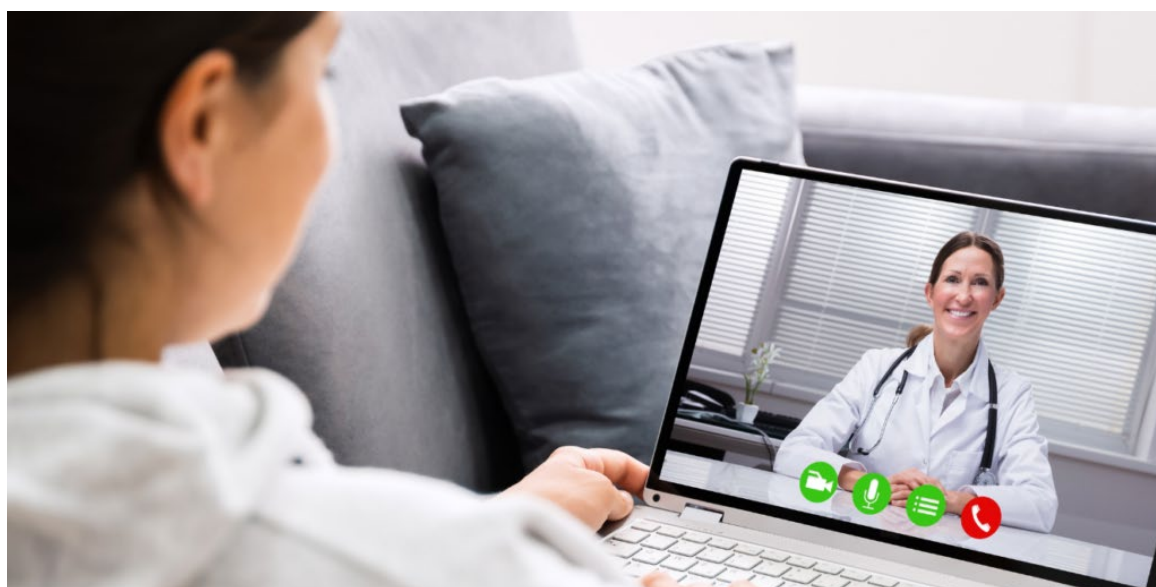


Távgondozás: egészségügyi ellátás digitális eszközök segítségével

Ebben a tájékoztatóban arról olvashat, hogy milyen változásokat hoz a digitális technológia az egészségügyi ellátásban, és mit jelent mindez az Ön számára.



Milyen változásokat hoz a digitális technológia az egészségügyi ellátásban?

A digitális technológia fejlődése következtében átalakul az egészségügyi ellátórendszer működése. „Digitális technológia” alatt az elektronikus készülékeket és az online rendszereket értjük.

Az online platformok, videóhívások, viselhető eszközök és a különféle alkalmazások mind-mind a gyógyítás és egészségmegőrzés megszokott eszközeivé válnak. Az orvostudományban ezt gyakran „telemedicinának”, „teleegészségnek” is nevezik. A gyakorlatban ez a távolról nyújtott egészségügyi ellátást jelenti. Ez az, amikor az egészségügyi szakember és a beteg a digitális technológia segítségével a kapcsolódik egymáshoz.

A koronavírus-járvány miatt szükségessé vált nagymértékben felgyorsítani ezt az átalakulást. A járvány idején gyakran digitális módon valósult meg az egészségügyi ellátás. A cél az volt, hogy csökkentsék a világméretű terjedését, de mindezt úgy, hogy a rászorulókat továbbra is biztosított legyen.

Mit jelentenek ezek a változások?

A koronavírus-járvány idején az egészségügyi szolgáltatóknak és a betegeknek egyformán alkalmazkodniuk kellett az egészségügyi ellátásban bekövetkező változásokhoz. Sok esetben telefon- vagy videóhívás keretében zajlottak az orvos-beteg találkozások.

Ahogy a járvány mérséklődésével a szolgáltatások visszatérnek a normális kerékvágásba, a digitális eszközök továbbra is használatban maradnak. Ez azt is jelenti, hogy a jövőben választhatunk a személyes ellátás és az egészségünk távoli felügyeletének bizonyos formái között. Mivel egyre több kutatás vizsgálja ezeknek a szolgáltatásoknak a hatékonyságát, illetve a szolgáltatásnyújtás különböző módzatait, a jövőben további változásokra számíthatunk.

Hogyan segítik a digitális eszközök az egészségi állapot felügyeletét?

A digitális eszközök az egészségügyi ellátás minden területére hatással vannak, a távoli konzultációtól az otthoni megfigyelésig, a viselhető eszközöktől az egészségügyi alkalmazásokig. Íme néhány példa a technológia egészségügyi felhasználására:

Videóhívás keretében történő orvos-beteg találkozások

Ha időpontot foglal egy online vizitre, az egészségügyi szolgáltató e-mailben vagy SMS-ben értesíti Önt a megbeszélés időpontjáról és a videóhíváshoz való csatlakozás módjáról. Okostelefonon, táblagépen vagy számítógépen is csatlakozhat. A szolgáltató csak akkor kínálja fel az online vizit lehetőségét, ha nincs szükség fizikai vizsgálatra. A következő szakaszból megtudhatja, hogyan készülhet fel az online megbeszélésekre.

Fényképek és videók megosztása

Előfordulhat, hogy az orvos a megbeszélést megelőzően megkéri Önt arra, hogy küldjön el fényképeket vagy videofelvételt az egészségi állapota vagy valamilyen tünet bemutatása céljából. Ilyenkor az egészségügyi szolgáltató tájékoztatja Önt az eljárás lépéseiről. A fényképeket és a videófelveteleket általában e-mailben vagy SMS-ben kell elküldeni, vagy fel kell tölteni egy online platformra. Az orvos ezek alapján pontosabb képet kap az Ön állapotáról. Az orvos is megoszthat fájlokat vagy videókat a beteggel, például betegtájékoztatókat vagy egy orvosi segédeszköz használatát bemutató videót.

Virtuális kórtermek és otthoni megfigyelés

Bizonyos esetekben a kórházi betegeket az otthonukba bocsáthatják, és távolról figyelhetik tovább egészségi állapotuk alakulását. Ez nemegyszer előfordult a koronavírus-járvány idején, amikor nagy szükség volt a kórházi ágyakra, és ezért a stabilabb állapotban lévő betegeket hazaengedték. Továbbra is kaptak oxigént, és a szakemberek távolról figyelték a tünetek és az oxigénszint alakulását.

Online rehabilitáció és terápiás foglalkozások

Ha az orvos terápiás vagy rehabilitációs foglalkozást javasol Önnek a tünetek kezelése vagy egy betegségből való felépülés érdekében, ezek is történhetnek online foglalkozások vagy oktatás keretében. A foglalkozások videókonferencián keresztül bonyolíthatók le, hogy sokan csatlakozhassanak és részt vehessenek rajta élőben. Arra is van lehetőség, hogy elküldjék Önnek a foglalkozásról készült videófelvételt, így bármikor visszanezézheti azt.

Online naplók és kérdőívek

Online naplót is vezethet a tüneteiről, melynek segítségével nyomon követheti közérzete alakulását. Hasznos lehet, ha vannak ilyen személyes feljegyzései, és azokat magával tudja vinni a soron következő vizitre.

Az online kérdőívek képet adnak a beteg állapotának változásáról. Az orvos megkérheti Önt, hogy töltsse ki ezeket a vizit előtt. A kérdőívet általában e-mailben vagy SMS-ben küldik el Önnek.

Viselhető eszközök

A viselhető eszközök, például az okosórák segítséget nyújtanak a különböző testfunkciók, például a pulzusszám, a stressz-szint, az alvásminták, az oxigénszint és az aktivitás mérésében és nyomon követésében. Ezek az eszközöket általában egy olyan alkalmazáshoz kell csatlakoztatni, amely a beteg okostelefonján vagy tabletjén fut. Az alkalmazás egy okostelefonra vagy tabletre telepíthető program, amely gyűjti a megfelelő adatokat, és tájékoztatást ad az egészségi állapot változásairól.

Ezek a rendszerek általában nem kapcsolódnak közvetlenül az egészségügyi szolgáltatóhoz, de hasznos információkkal szolgálhatnak az orvossal való találkozások alkalmával.

Egészségügyi alkalmazások

Sok olyan alkalmazás van, melyek segítségével nyomon követheti a saját egészségi állapotát. Vannak köztük olyanok, amelyek betegségek kezelésére vonatkozó információkat tartalmaznak, míg mások emlékeztetnek a gyógyszerek bevitelére, vagy lehetővé teszik egy orvosi eszköz méréseinek nyomon követését.

A legtöbb alkalmazást bármikor letöltheti és használhatja. Ha az egészségügyi szolgáltató meg szeretné tekinteni az Ön által használt orvosi eszköz mérési adatait, javasolhatja Önnek egy olyan alkalmazás vagy platform használatát, amelyik összekapcsolható a kórházi betegnyilvántartó rendszerrel.

Milyen előnyökkel jár a digitális technológia alkalmazása?

A digitális technológiák egészségügyi felhasználása számos előnnyel jár. Néhány példa arra, hogy milyen előnyöket nyújt a digitális eszközök használata a betegek számára:

Kevesebbet kell utazni

Ha távolról is kapcsolatba léphet orvosával, nem kell utaznia. Ezzel időt és pénzt takaríthat meg, emellett csökkenti a környezetszennyezést is.

Könnyebben kaphat orvosi segítséget

A távoli videó- és telefonhívásokon keresztül egyszerűbben elérheti az orvosokat, és nem kell elmennie előre egyeztetett időpontokra.

Vannak olyan helyzetek, amikor a beteg számára az egészségi állapotából adódóan nehézséget jelent felkeresni egy szakorvost, aki esetleg nem a helyi kórházban, hanem egy központi kórházban rendel. Az online vizit révén könnyebben hozzájuthat a megfelelő ellátáshoz, bárhol is lakjon.

Javuló együttműködés és önbizalom

Az, hogy Ön lépéseket tesz azért, hogy az otthonában ellenőrizze egészségi állapotát, újfajta megértést adhat az állapotával kapcsolatban. Segíthet abban, hogy úgy érezze, jobban kézben tartja a dolgokat, és képes lesz hasznos információkkal ellátni az orvost a megbeszélések során. Segíthet abban is, hogy ne felejtse el bevenni a gyógyszereit. Ez különösen hasznos azon betegek számára, akiknek nehézséget jelent a terápiás utasítások betartása.

Megválaszthatja a környezetét

Vannak, akik kellemetlenül érzik magukat a kórházi vagy rendelői környezetben, és szívesebben beszélnek orvosukkal otthonukban. Egyes betegek hasznosnak találják, ha képet tudnak adni orvosuknak arról, hogy hogyan boldogulnak betegségükkel otthoni környezetükben.

A videóhívások lehetőséget nyújtanak arra, hogy otthon maradjon – ez különösen fontos lehet némely beteg számára, ha például egy felzaklató hírt közölnek velük.

A fertőzések megelőzése

Az online megbeszélések csökkentik a fertőzések terjedését. Biztonságosabb, ha a ragályos betegségben szenvedők otthon maradnak, mint ha elmennének a rendelőbe, ahol megfertőzhetnek másokat. Ugyanakkor Ön is védve van másoktól, akik a váróteremben vagy a tömegközlekedés során esetlegesen megfertőzhetnék Önt.

Milyen kihívásokkal kell szembenéznünk?

Ahogy a digitális platformok egyre szélesebb körben elterjednek, számos változtatásra van még szükség az egészségügyi ellátórendszerben. Néhány példa arra, hogy milyen kihívásokkal szembesülnek az egészségügyi rendszerek és a nyilvánosság:

Az egészségügyi létesítmények strukturális átalakítása

Az egészségügyi intézményekben új rendszereket kell bevezetni, és változtatni kell a munkamódszereken. Ha például alkalmazásokat adnak egész betegcsoportoknak a tüneteik naplózása érdekében, akkor olyan „íróasztalnál dolgozó” egészségügyi szakemberek is szükség van, akik nyomon követik ezeket az információkat, és intézkedni tudnak, ha a kapott adatok alapján valamely veszélyes tünet további figyelmet igényel. Arra is szükség lehet, hogy kiképezzék a munkatársakat arra, hogy megtanítsák a betegeket az új digitális eszközök használatára, és távolról is válaszolni tudjanak a kérdésekre.

Hozzáférés és oktatás

A legtöbb ilyen eszköz otthoni használatához többnyire okostelefon, tablet vagy laptop, illetve megbízható internetkapcsolat szükséges. Nem mindenki rendelkezik ezekkel az eszközökkel, és nem mindenki tudja használni őket. Vannak, akik fizikailag képtelenek ezek használatára. A technológiai változások során ügyelni kell arra, hogy az egészségügyi ellátás továbbra is elérhető legyen mindenki számára. A személyes szolgáltatásoknak ezután is elérhetőnek kell lenniük azok számára, akiknek erre szükségük van, vagy ezt igénylik.

Adatbiztonság

A személyes adatok biztonságos kezeléséhez megfelelő rendszerekre van szükség. Például megfelelő módon kell tárolni az orvossal megosztott fényképeket, betartva az adott ország adatvédelmi törvényeit. Ezzel kapcsolatban további információk találhatóak az [ELF adatmegosztásról szóló tájékoztatójában](#).

Orvosi etika és kapcsolatok

Az orvoslásnak is megvannak azok az etikai szabályai, amelyek előírják, hogyan kell viselkedniük az egészségügyi szakembereknek. Számos kétség merült fel azzal kapcsolatban, hogy hogyan lehet betartani ezeket a szabályokat a fent említett változások mellett. Például milyen hatással lesznek az online vizitek az orvos-beteg kapcsolatra? Az egészségügyben magas szintű adatvédelmi normákat működtetnek: vajon érvényesíteni lehet ezeket a digitális platformokon is?

Miközben a világ alkalmazkodik a koronavírus-járvány következtében megjelenő új munkamódszerekhez, a kormányzatoknak és az egészségügyi ellátórendszereknek választ kell adniuk ezekre a kihívásokra.

Hogyan zajlik egy online vizit, és hogyan készüljön fel rá?

Ha Ön időpontot kapott egy online vizitre vagy megbeszélésre, az alábbi tanácsok segíthetnek Önnek az arra való felkészülésben:

A hívás előtt

- Döntse el, milyen eszközt (számítógépet, tabletet vagy okostelefont) fog használni a vizit lebonyolításához. Bármelyik eszközt is választja, szükség lesz egy stabil internetkapcsolatra. Győződjön meg róla, hogy be tudja kapcsolni a mikrofont és a kamerát, hogy lássák és hallják egymást az orvossal.
- Érdemes próbát tartani és kiválasztani azt a helyet, ahol a hívás során ülni fog. Ellenőrizze, hogy megfelelő-e a világítás, és keresse meg a megfelelő beállítást és testtartást, hogy az arca a képernyő közepén legyen, és a kamerába nézzen. Ha bizonytalan benne, hogyan kell csinálni – vannak barátai, rokonai vagy szomszédjai, akik segíteni tudnak? Az interneten is található útmutató videókat.
- Keresse elő a vizithez tartozó meghívót, amely tartalmazza a csatlakozáshoz szükséges információkat. Olvassa el figyelmesen, és ismerkedjen meg az elvégzendő lépésekkel.
- Készítsen egy listát a megbeszélendő dolgokról: írja össze, milyen témákat szeretne érinteni, nehogy megfeledkezzen valamiről a hívás során.

A hívás során

- Ha nem sikerül videókapcsolatot létesíteni, az orvos valószínűleg az Ön adatai között nyilvántartott telefonszámon próbálja meg majd elérni Önt. Ha nem tudja elérni Önt telefonon, akkor általában egy új időpontot adnak Önnek.
- Legyen kéznél egy jegyzetfüzet vagy egy megnyitott dokumentum a számítógépén, hogy jegyzetelhesen beszélgetés közben. Az orvos is jegyzeteket készít az Ön online nyilvántartásában.
- Ha nem biztos benne, hogy mindent jól értett, akkor a hívás vége felé közeledve foglalja össze, miről volt szó, hogy az orvos kijavíthassa az esetleges félreértéseket.
- Az orvos a videóhívás során felírhat Önnek online recepteket, vagy beutalhatja további kezelésekre, ahogyan a szokásos rendeléseken is. Ha nem tudja, hogyan kaphat meg egy receptet, vagy hogyan fog értesülni a további időpontokról, kérdezze meg, mielőtt befejeznék a hívást.

További információk

Pácienseknek szóló információk:

- Az Európai Tüdőgyógyászati Alapítvány [adatmegosztási tájékoztatója](#)
- Személyes történeteket olvashat a digitális egészségügyi ellátásról az [Egészségügyi Világszervezet \(WHO\) honlapján](#).

Tudományos kutatások a tüdőgyógyászatban alkalmazott digitális eszközök témájában:

- Áttekintés a világjárvány idején kínált digitális ellátásról: [Távgyógyászat és virtuális tüdőgyógyászati ellátás a COVID-19 idején](#)
- Ez a cikk azt vizsgálja, hogyan segítette a koronavírusos betegeket az otthoni megfigyelés a világjárvány idején: [Az otthoni megfigyelés lerövidítette a koronavírusos betegek kórházi ápolását](#)



Az Európai Tüdőgyógyászati Alapítvány (European Lung Foundation) az Európai Légzőszervi Társasággal (European Respiratory Society) együttműködve igyekszik kapcsolatot teremteni a páciensek és a nyilvánosság, illetve az egészségügyi szakemberek között a tüdőgyógyászat fejlesztése, továbbá a diagnosztikai, kezelési és ellátási lehetőségek javítása érdekében.

A tájékoztató összeállításában részt vett dr. Hilary Pinnock, Jellien Makonga-Braaksma, Dr Carme Hernández, Kjeld Hansen és Joyce Norwell.

Készült az Európai Tüdőgyógyászati Alapítvány DRAGON projektje keretében. [Ismerje meg a projekt részleteit!](#)

DRAGON



A tájékoztató az EU és az Európai Gyógyszergyártók Szövetségének (EFPIA) közös Innovatív Gyógyszer Kezdeményezése (Innovative Medicines Initiative Joint Undertaking (IMI)) – DRAGON grant n° 101005122 támogatásával készült. További információkért látogasson el a <https://www.imi.europa.eu/> webhelyre.

A tájékoztató tartalma a szerző véleményét tükrözi, és sem az IMI, sem az Európai Unió, az EFPIA vagy bármelyik társult partner nem vonható felelősségre az itt közölt információk bármilyen jellegű felhasználásáért.