

## MIT JELENT A TELEMEDICINA ÉS TÁVKONZULTÁCIÓ - MIÉRT NŐTT MEG A JELENTŐSÉGE A PANDÉMIA IDEJÉN ?

Az **info- és telekommunikáció** céljából használt eszközök szerepe a világjárvány idején az egészségügyi ellátások során is felértékelődött. Az orvos és páciense közötti kapcsolattartás alternatív módját kínálja azokban az esetekben, amikor nincs szükség közvetlen személyes találkozásra vagy a személyes találkozást megelőzheti a távkonzultáció.



**Csak egy telekommunikációra alkalmas eszközre (telefon, mobiltelefon, asztali- vagy hordozható számítógép, táblagép) és internet kapcsolatra van szükség, hogy gyermeke háziorvosával vagy gondozó orvosával felvegye a kapcsolatot.**



A világjárvány idején az új koronavírus (SARS-CoV-2) fertőzés terjedésének megfékezése miatt a COVID-19 enyhe tüneteit mutató kisgyermekes esetekben elsőként telefonon vegye fel a kapcsolatot háziorvosával, aki a gyermek állapotát egy célzott kérdéssor segítségével meg fogja tudni ítélni.

Ha bizonytalan a diagnózis, személyes találkozásuk megtervezhető, orvosának lehetősége lesz a fertőző beteg fogadására felkészülni egy erre elkülönített rendelési időszámban. Súlyos állapotú gyermek esetén az Országos mentőszolgálatot kell értesíteni.

Ha a telefonos távkonzultáció során gyermeke állapota biztonsággal megítélhető és a továbbiakban otthonában ápolható, akkor orvosával egyeztetni tudnak, hogy milyen kommunikációs lehetőséget fognak tudni igénybe venni a állapotváltozás követésére.

Valós idejű kommunikáció, amikor mindkét fél egyidőben jelen van és interaktív módon információt tudnak cserélni. (Pl.: telefonhívás, chat - üzenetváltás, videóhívás).

Nem sürgős megkeresésre használható az e-mail és az üzenetküldés.

### A telemedicina és távkonzultáció előnyei:

- Ön és gyermeke nincs kitéve a fertőződés kockázatának ha a gyermek állapota a távolból is követhető, akár naponta is anélkül, hogy utazniuk és tömött váróteremben várakozniuk kellene.
- Gyermeke állandó gyógyszerei vagy tápszere eRecept formájában is felírásra kerülhet
- A COVID-19 járványos terjedése miatt megvalósíthatóak a távolságtartás és az otthoni elkülönülés szabályai azokban az esetekben, amikor biztonsággal alkalmazható a távkonzultáció
- Nem sürgős esetekben megvalósulhat a beteg gondozása, alapbetegség követése és a teljes ellátás

A pandémia idején felértékelődik az Ön felelős szülői szerepe gyermeke egészségi állapotának megítélésében, de ez semmiképpen sem jelenti azt, hogy kétségeivel, aggodalmaival magára marad. A telemedicina kínálja lehetőségek kiaknázása mellett változatlanul a gyermekek egészsége az első. **Bizonytalan esetekben a személyes vizsgálat megtörténik.**

Kérjük szánjon időt a **tünetek és az általános állapot megítélését segítő tájékoztató**nk végigolvasására is, hogy magabiztosabban tudja megítélni, hogy gyermeke igényel-e sürgős egészségügyi ellátást!

## SÜRGŐS KÓRHÁZI ELLÁTÁST ÉS VIZSGÁLATOT IGÉNYLŐ TÜNETEK GYERMEKKORBAN

- Ha **3 hónaposnál fiatalabb csecsemő** lázas, nem etethető, nem ébreszthető bőrszíne megváltozik ( az édesanya ösztöne azt súgja, hogy valami nincs rendben)
- Ha a gyermekük **láz**, **tarkója kötött** vagyis fejét nem tudja fájdalom nélkül előre hajlítani és bőrkiütésre emlékeztető **bőrvérzések** jelennek meg a testen
- Ha gyermek tudatállapota hirtelen megváltozik, elveszti eszméletét
- Ha **görcsöt** észlelnek ( vagyis amikor a gyermek teste 2 percnél hosszabb ideig megfeszül vagy végtagjai ritmikusan ránganak, tekintete elréved)
- Ha a görcsöt láz kíséri, a gyermeknek nem volt korábban lázgörcse
- Ha **erős fejfájás, hányások** és **tudatállapot változást, zavartságot** tapasztalnak **fejet ért ütést követően** és a korábban biztonsággal jól járó gyermek járása bizonytalanná, dülöngélővé válik,
- Ha erős vagy **erősödő fájdalom jelentkezik a test bármely részén**, különösen ha ez hasi fájdalom
- Ha **ismételt hányások és hasmenés együtt** van jelen és a gyermek itatása nem megoldható, a kiszáradás jeleit észlelik ( mint: besüppedt nagykutacs , aláárkolt szemek, száraz nyelv, elesettség, gyengeség és 8 órán belül nem ürült vizelet)
- Ha **hirtelen kezdetű köhögés, fuldoklás, nyelési képtelenség** áll fenn és felmerül annak lehetősége, hogy a gyermek félrenyelt valamilyen apróbb tárgyat, cukorkát , magot, ételdarabot
- Ha a gyermek légvétele nyugalomban is szapora és **légszomja** van. Légzése ziháló, levegőért kapkodó, az ajkak és a bőr lilásan elszíneződik,
- Ha köhögési hangja fókaugatásra emlékeztető és nyugalomban is jelen van a jellegzetes légzési hang,
- köhögés és nem csak síráskor jelentkező, hanem nyugalomban is jelen lévő légszomj, szapora légvételek
- Ha felmerül **mérgezés** gyanúja ( otthon tárolt gyógyszerek, vegyszerek, takarító- és mosószerek kerülnek a gyermek szájába vagy lenyelésre)
- Mély, nagyobb kiterjedésű **égési , fagyási sérülések** esetén
- Kutya vagy egyéb **állat harapásakor** .Földdel szennyezett sebek keletkezése miatt
- Ha olyan erejű **sérülés**, biciklivel történő esés, **baleset** következik be, ami csontsérüléssel vagy a belső szervek sérülésével is járhat
- **Nagyobb mennyiségű vérvesztés** esetén
- Ha a gyermek ismert **alapbetegségében hirtelen rosszabbodás** áll be (pl.: cukorbetegség, asztma )
- Ha **allergiás reakciót** vált ki valamilyen étel ,darázscsípés vagy egyéb rovar csípése ( ami kapcsán szemhéj, arc és ajak duzzanat, terjedő bőrpír és légszomj lépnek fel)
- És minden olyan esetben **amikor úgy érzi a gyermeknek sürgős orvosi beavatkozásra van szüksége!**

## A SIKERES TÁVKONZULTÁCIÓ

Az alapellátó és járóbeteg ellátó rendszer alkalmazkodva a koronavírus okozta járványhelyzethez feladatainak teljesítése közben a járvány megfékezése céljából a személyes orvos-beteg találkozások számának minimalizálására kell törekedjen. Ugyanakkor mindig mérlegelni és figyelembe kell venni azokat a körülményeket, amelyek a sikeres távkonzultációt akadályozzák .

**A telemedicina lehetőségeinek igénybevétele előtt meg kell ítélni, hogy a szükséges eszközök és az emberi oldal lehetőségei is megfelelően rendelkezésre állnak-e. Fel kell mérni, hogy a páciensnek van-e a távkonzultációhoz szükséges készüléke, internet és telefon/mobiltelefon előfizetése és hogy a páciens kellő ismeretekkel rendelkezik-e az alkalmazások használatához. Ugyanígy meg kell ítélni, hogy a gyermek szülei, gondozói megbízhatóan tudják-e Önt tájékoztatni a gyermek aktuális állapotáról, betegségének tüneteiről. Csak akkor kezdeményezzen távkonzultációt, ha mindkét feltétel ( eszköz és emberi oldal) megfelelően teljesül.**

### A munkafolyamatok megkönnyítése érdekében hozzon döntést az alábbiakról:

- Az Ön praxisában rendelkezésre állnak-e olyan platformok, melyeken keresztül a telemedicinális ellátás megvalósítható vagy csak telefonos távkonzultációkat kíván-e folytatni?
- Szeretne-e egy megadott időszívet kijelölni, amikor praxisának betegei távkonzultáció során érhetik el Önt, vagy a szokásos rendelési idejében időpont egyeztetést követően vagy anélkül a folyamatos személyes orvos-beteg vizitek közé illeszti-e be a távkonzultációkat?
- Honlapján, közösségi oldalán vagy e-mailben tájékoztassa a betegeit, hogy mely időpontokban, milyen módon (telefon, videóhívás, chat stb.) tud távkonzultálni.
- Tisztázza, hogy a páciense rendelkezik-e a távkonzultáció technikai feltételeivel ( telefon, internet hozzáférés ) és eszközeivel ( számítógép, telefon készülék , mobiltelefon).
- Mérje fel páciense illetve a szülők verbális kifejező képességeit kifejezetten akkor, ha csak telefonhívás történik, hogy hagyatkozhat-e ekkor a szülők segítségére a gyermek vitális paramétereinek megítélésében (légzésszám, pulzusszám, éberség megítélése főként csecsemőknél).
- Amennyiben páciense saját mérőeszközökkel is rendelkezik, bíztassa azok használatára (mini digitális otoszkóp, pulzoximéter, vérnyomásmérő, vércukor mérő, Wiwe, stb.)

### A videókonzultáció, távkonzultáció folyamata:

- A hívás kezdetén azonosítsa a páciens minimum 2-3 különálló adattal ( név és születési dátum, TAJ szám) . Kérje el a hívó fél telefonszámát, hogy technikai hiba esetén vissza tudja hívni.
- Még az anamnézis felvétele előtt győződjön meg arról, nem áll-e fenn akut életveszély vagy igény a sürgősségi ellátásra.
- Amennyiben videótelefon hívás keretein belül konzultál legyen figyelmes az alábbiakra: Bizalomgerjesztő módon úgy jelenjen meg a kamera előtt, ahogy azt páciensei megszokták Öntől a rendelőben. (akár fonendoszkóppal a nyakában)
- Csak akkor kezdeményezzen beszélgetést vagy fogadjon hívást, ha biztosan van rá elegendő ideje, és az orvosi adatok bizalmas kezelése biztosított.

- Ha videóhívás történik tájékoztassa a szülőket ha Önön kívül egyéb egészségügyi személyzet is jelen van a hívás során.
- Biztosítsa a konzultáló helyiség megfelelő megvilágítását és ugyanezt kérje a hívó féltől is.
- Medikai szoftverében rögzítse, hogy telemedicinális ellátás történik. Mindent dokumentáljon.
- A távkonzultáció kezdetén tájékoztassa a szülőt arról, hogy a telemedicina és távkonzultáció által nyújtott lehetőségek milyen haszonnal járnak, ugyanakkor potenciális veszélyeket is rejtenek magukban.
- Szóbeli , de leginkább **írásos hozzájárulást kérjen**, amelyben a szülő nyilatkozik arról, hogy a távkonzultáció természetében rejlő kockázatokat megértette és tudomásul vette. (Ez egy külön dokumentum amit a hívás elején, de legjobb ha az időpont foglaláskor küldhet el e-mailen a páciens részére amit ő aláírva visszaküld )
- A páciensek adatainak kezelésére változatlan formában érvényesek a GDPR szabályok. Nap mint nap egyre jobb minőségű, kényelmesebb és biztonságosabb, GDPR-kompatibilis applikációk jelennek meg. Az orvosi alkalmazások során az adatvédelmi szempontoknak mindenhol kiemelt jelentőséget kell kapniuk.
- Videotelefon platformok használata során ugyan a szokványostól nagyon eltérő módon, de lehetősége van fizikális vizsgálat részleges elvégzésére is. A beszélgetés során válassza ketté az anamnézis felvételt és a fizikális vizsgálati részt. Tájékoztassa a szülőket, miben különbözik ez a fajta vizsgálat a személyes kontaktustól és hogy a távkonzultáció nyújtotta lehetőségek mellett miben kéri közreműködésüket.
- Célzott kérdésekkel törekedjen az anamnézis pontos felvételére.
- A panaszok rögzítését követően **triázs kérdésekkel** közelítse meg a gyermek státuszát és azt, hogy otthonában biztonsággal ápolható vagy azonnal egészségügyi ellátásra szorul.
- Megfelelő megvilágítás mellett kérje meg a szülőket hogy vetköztessék le a gyermeket vagy nagyobb gyermek távolítsa el a ruházatát. Szerezzen benyomást a gyermek általános állapotáról. Életkorától függően beszéljen a gyermekhez is és biztassa válaszára.
- A szülőket közreműködésre kérheti fájdalmas területek tapintásában, ízületek esetén mozgásterjedelem megítélésében, légzésszám, pulzus és testhőmérséklet mérésében. Egyértelmű utasításokkal irányíthatja a szülőket az alkalmazott eszköz kamerájának pozicionálásában.
- A videóhívás során biztassa a szülőket és köszönje meg igyekezetüket. Mondja el, hogy Ön mit lát és azt miként értékeli. Ha kérdéses a panasz megítélése, térjen vissza az adott vizsgálati területre, vagy adekvát fizikális vizsgálat céljából személyes megjelenésre lesz szükség előre egyeztetett időpontban a rendelőjében.
- Amennyiben a megkezdett távkonzultáció során bármikor felmerül Önben, hogy a szülők nem pontosan értik a gyermek állapotát érintő kérdéseket ha lehetséges, adjon időpontot személyes találkozásra.
- Ugyanígy járjon el, ha a páciens ragaszkodik személyes orvosi vizsgálatához.
- Ha úgy ítélte meg a rendelkezésére álló információk alapján, hogy otthonában is ápolható a gyermek, fokozottan hívja fel a szülők figyelmét azokra a jelekre és tünetekre, amik állapot rosszabbodást jeleznek és mondja el az azonnali teendőket. Kérjen visszahívást.

- Az otthonápolás teendőiről tájékoztassa a szülőt, adjon egyszerűen érthető tanácsokat és kérdezzen vissza, hogy megértették-e az elmondottakat. A diagnózisnak megfelelő **szülő tájékoztató dokumentumot** juttassa el online a szülő számára.
- Tisztázza a hívóval a legfontosabb **alarmírozó tüneteket**, amelyek váratlan állapotromlásra utalhatnak. Online módon küldje el emlékeztetőként és egyben edukációs céllal a szülőknek szánt dokumentumot.
- Mindig tájékozódjon a távkonzultáció eredményessége felől. Akkor is kérjen visszahívást, ha a szülő magától úgy ítélné meg, hogy gyermeke meggyógyult vagy javult az állapota

## TIPPEK SZÜLŐKNEK A SIKERES VIDEÓ-TÁVKONZULTÁCIÓHOZ

A NEM SÜRGŐS ELLÁTÁS IGÉNYLŐ ESETEKBE a technológiai fejlődésnek köszönhetően a távolságok áthidalhatóvá váltak és a fizikai távolságtartás mellett is megvalósulhat a hatékony orvos-beteg találkozás és betegellátás. A távkonzultáció megvalósulhat csak telefonhívás során is, de nagyon sok platform lehetővé teszi a videó hívást is ami valós idejű virtuális találkozásra ad lehetőséget. A családok otthonuk kényelméből és biztonságából juthatnak gyermekük egészségét illetően megnyugtató válaszokhoz. Azért, hogy ebben a újonnan előállt helyzetben alapellátó orvosukkal vagy a gyermek krónikus betegsége esetén a gondozó orvosukkal zökkenőmentes legyen az első virtuális vizit, összeállítottunk pár tanácsot, amely a segítségükre lehet:



1. A virtuális vizit során nem csak egy egyszerű telefon hívás, hanem videóhívás történik, hasonlóan mint a Skype vagy FaceTime alkalmazásoknál.
2. Szüksége lesz egy okos telefonra, táblagépre vagy asztali számítógépre/laptopra amelyek rendelkeznek beépített mikrofonnal és hangszóróval és internet kapcsolattal.
3. Győződjön meg arról, hogy az internet kapcsolata stabil, hogy a használni kívánt készülék akkumulátora fel van töltve.
4. Előre egyeztessen időpontot orvosával és a megadott időpont előtt minimum 15 perccel már tegye magát szabaddá és álljon készen a hívásra. Ennek érdekében állítson be mobiltelefonján figyelmeztető jelzést.
5. A konzultáció megkezdése előtt gyűjtse össze a gyermeke tüneteit, panaszait, hogy a beszélgetés gördülékenyebben induljon.
5. Otthonában egy csendes és jó megvilágítással rendelkező helyről indítsa a videó hívást. Kapcsolja ki vagy halkítsa le a háttérben a televíziót, kérje meg a családtagokat csendes tevékenység folytatására, amíg a videóhívás tart, hogy orvosával a beszélgetés zavartalan legyen.
6. A megvilágítás legelőnyösebb, ha Önt és gyermekét szemből éri a fény, tehát ne üljön erős fényforrásnak vagy ablaknak háttal. Hasznos lehet, ha kéznél van egy elemlámpa is, ha orvosa bizonyos testtájakat (bőrt, szájüreget, torkot) kiemelt figyelemmel szeretné megtekinteni.
7. A panasszal összefüggően készítsen elő mérésre alkalmas eszközöket, mint például lázmérőt és ha rendelkezik más készülékkel, akkor azokat is (pulzoximéter, vércukormérő, vérnyomásmérő, mini videó-otoszkóp stb.)
8. Életkorának megfelelően készítse fel gyermekét is a videóhívásra, meséljen neki vagy játsszák el, hogy mi fog történni.
7. Ha kisgyermeke nyugtalan, nehezen tudja ölben megtartani helyezzen el pár kedvenc játékot, cumisüveget, amivel a konzultáció ideje alatt meg tudja nyugtatni vagy le tudja kötni a figyelmét.
8. A vizit során orvosa meghallgatva az Ön által elmondott panaszokat további célzott kérdéseket fog intézni Önhöz, hogy a gyermek általános állapotát minél biztosabban meg tudja ítélni és arra kérheti, hogy tegye a gyermeket is a kamera elé és kérheti még az Ön segítségét egyes testtájak tapintásával, mozgatással, közvetlen megvilágítással, a panaszok jellegétől függően.
9. A hívás befejezése előtt legyen biztos abban, hogy mindent jól értett és meg tudta jegyezni orvosa tanácsait. Segítség lehet, ha előre odakészít papírt és tollat a jegyzeteléshez.

A távkonzultáció számtalan előnye mellett mindenkor ismernünk kell a korlátait is. Gyermeke állapotának megítélésakor orvosa felelősen dönt arról, hogy a virtuális vizitet követően személyes találkozást kezdeményez-e.