‘காணொளி அழைப்பு’ (Video Call) மூலமாக உங்களுடைய சந்திப்புவேளையினை மேற்கொள்ளல்

தகுந்த தருணங்களில், உங்களுடைய கலந்துரையாடலை நீங்கள் ஒரு ‘காணொளி அழைப்’பின் மூலமாக மேற்கொள்ளலாம்.

நேருக்கு-நேர் பார்த்துத் தொடர்பாடல் கொள்ளும் வசதியுடன் கூடிய காணொளி அழைப்பானது ஒரு சாதாரணத் தொலைபேசி அழைப்பைப் போல வசதியானதாகும்.

உங்களுடைய நேரத்தையும், பணத்தையும் இது மிச்சப்படுத்தும், மற்றும் பராமரிப்பினை உங்களுடைய வீட்டின் அண்மைக்குக் கொண்டுவரும்.

எனது சந்திப்புவேளையை மேற்கொள்ள நான் எங்கு செல்லவேண்டும்?

உங்களுடைய சந்திப்புவேளைக்காக நீங்கள் செல்லவேண்டியது:

www.monashhealt h.or g/ ser vices/ t elehealt h

உங்களுடைய சந்திப்புவேளைக்கு நீங்கள் பயணம் செய்து நேரடியாகச் செல்வதற்குப் பதிலாக, ‘இணைய வழி’யில் (online) உங்களுடைய ‘க்ளினிக்’-இன் ‘காத்திருப்புப் பகுதி’ (clinic’s waiting area) க்குச் செல்லுங்கள்.

நீங்கள் இவ்விடத்திற்கு வரும்போது அது சுகாதார சேவைக்குத் தெரிவிக்கப்படும், மற்றும் ஆயத்தமான பிறகு உங்களுடைய சிகிச்சையாளர் உங்களுடன் இணைவார்.

இதற்காகக் கணக்கு ஒன்றைத் துவக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

நீங்கள் உள்ளிடும் எந்தத் தகவலும் இருப்பில் வைக்கப்படாது.

காணொளி அழைப்பு ஒன்றைச் செய்ய என்னவெல்லாம் தேவை?

நல்ல ‘இண்ட்டர்நெட்’ இணைப்பு
உங்களால் இணையம் மூலமாக காணொளிகளை (உதாரணமாக: ‘யூ ட்யூப்’) பார்க்க இயலும் என்றால், காணொளி அழைப்பு ஒன்றை உங்களால் செய்ய இயலும்.

கலந்துரையாடலின்போது, **உங்களுக்கு இடையூறு இல்லாத தனிப்பட்ட, நல்ல வெளிச்சமான ஒரு இடம்**

பின் வருவனவற்றில் ஒன்று:

- மேசைக் கணினி அல்லது மடிக்கணினி (‘விண்டோஸ்’ அல்லது ‘மாக் ஓ.எஸ்’)-இல் ‘கூகுள் க்ரோம் வெப் ப்ரௌசர்’ (சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது), அல்லது ‘ஃபையர் ஃபாக்ஸ் வெப் ப்ரௌசர்’, அல்லது ஒரு ‘ஆண்ட்ராய்ட்’ ‘டேப்ளட்’ அல்லது ‘ஸ்மார்ட் ஃபோன்’ ‘
- ‘ஆப்பிள்’ மேசைக்கணினி அல்லது மடிக்கணினி (‘மாக் ஓ.எஸ்’)-இல் ‘சஃபாரி வெப் ப்ரௌசர்’, அல்லது ‘ஐ-பேட்’ அல்லது ‘ஐ-ஃபோன்’

‘வெப்-கேமரா’, ‘ஸ்பீக்கர்’கள் மற்றும் ‘மைக்ரொஃபோன்’
மடிக்கணினிகள் அல்லது ‘கைச் சாதனங்க’(mobile devices)ளில் இவை ஏற்கனவே பொருத்தப்பட்டிருக்கும்)

காணொளி அழைப்பு ஒன்றைச் செய்வது எப்படி என்பதைப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களைக் காண அடுத்த பக்கத்தைப் பாருங்கள்.

இது பாதுகாப்பானதா?

காணொளி அழைப்புகள் பாதுகாப்பானவை; உங்களுடைய அந்தரங்கத் தன்மை பாதுகாக்கப்படுகிறது. அதிகாரம் பெற்றுள்ள சிகிச்சையாளர்கள் மட்டுமே நுழையக்கூடிய தனிப்பட்ட காணொளி அறை ஒன்று உங்களுக்கு இருக்கும்.

காணொளி அழைப்பு ஒன்றிற்கு எவ்வளவு செலவாகும்?

இந்தக் காணொளி அழைப்பு இலவசமானதாகும் (உங்களுடைய இண்ட்டர்நெட் செலவைத் தவிர). இருந்தாலும், மருத்துவக் கலந்தாலோசனை எதுவும் மேற்கொள்ளப்பட்டால், அதற்கான வழமையான செலவுகள் அனைத்துவேளைகளிலும் செல்லுபடியாகும்.

எவ்வளவு இண்ட்டர்நெட் ‘டேட்டா’ (data) வை நான் பாவிப்பேன்?

சிகிச்சையாளர் ஒருவர் வரும் வரை நீங்கள் காத்திருக்கும் நேரத்திற்கு இண்ட்டெர்நெட் ‘டேட்டா’ எதுவும் செலவாகாது.

‘யூ ட்யூப்’ காணொளி ஒன்றை நீங்கள் ‘அதியுயர் தெளிவு’(High Definition) முறையில் பார்ப்பதற்கு ஆகும் ‘டேட்டா’ செலவில் பாதிக்கும் குறைவாகவே காணொளி மூலமான கலந்துரையாடலுக்கு ஆகும்.

வேகம் குறைந்த ‘இண்ட்டர்நெட்’ இணைப்புகளுக்கு அல்லது திறன் குறைந்த கணினி, ‘டேப்ளட்’ அல்லது ‘ஸ்மார்ட்ஃபோன்’-இற்கு ‘டேட்டா’ செலவு குறைவாகவே ஆகும். இந்தக் கூறுகளின் காரணமாக அழைப்பின் ஒட்டுமொத்தத் தரம் குறையக்கூடும்.

அழைப்பில் ஒன்றிற்கு மேற்பட்ட பங்குபற்றுனர்கள் இருக்கும்போது ‘டேட்டா’ செலவு அதிகமாகும்.

‘ஸ்மார்ட்ஃபோன்’ மற்றும் ‘டேப்ளட்’ பயனர்கள்
உங்களுடைய ‘மொபைல் டேட்டா’ -வைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்க, உங்கள் வீட்டில் அல்லது வேலையிடத்தில் உள்ள ‘இண்ட்டெர்நெட்’ இணைப்பைப் பயன்படுத்துங்கள்.

* *20 நிமிட நேர அழைப்பிற்கு, ஒரு ‘கைச் சாதன’த்தில் இது 230 எம்.பி அளவிற்கு இருக்கும், மற்றும் கணினி(PC)யில் இது 450 எம்.பி அளவிற்கு இருக்கும், இது ‘ஸ்கைப்’ (Skype®) அல்லது ‘ஃபேஸ்டைம்’ (Facetime®)-இற்கு ஆகும் ‘டேட்டா’ செலவைப் போன்றதே ஆகும்.*

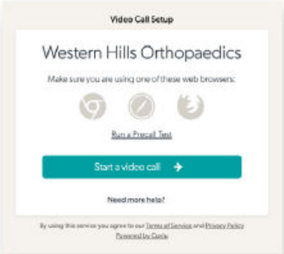
காணொளி அழைப்புகளைச் செய்யத் தயாராகுங்கள்

பின் வரும் 'வெப் ப்ரௌசர்'களில் ஒன்றை நீங்கள் பயன்படுத்துவதை உறுதிப்படு த்துங்கள்:

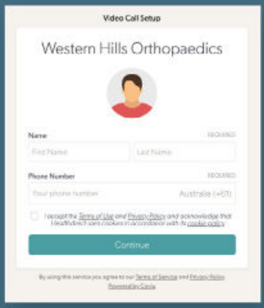
- 'கூகுள் க்ரோம்' 80+ ('விண்டோஸ்', 'ஆன்ட்ராய்ட்', 'மாக் ஓ. எஸ்')
- 'ஆப்பிள் ச.ஃபாரி' 12+ ('மாக் ஓ. எஸ்', ஐ.ஓ.எஸ்)
- 'ஃபையர்ஃபாக்ஸ் 75+ ('விண்டோஸ்', 'ஆன்ட்ராய்ட்')
- 'மைக்ரொசாஃப்ட் எட்ஜ் வெர்ஷன் 80+ ('விண்டோஸ்', 'மாக் ஓ. எஸ்')
  'மைக்ரொசாஃப்ட் எட்ஜ் வெர்ஷன் 44+ ('ஆன்ட்ராய்ட்')

செல்லுங்கள்: www.monashhealth.org/services/telehealth

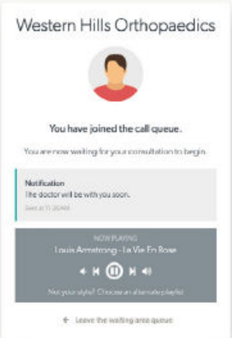
1 சேவையின் வலைத்தல நுழைவுப் பகுதிக்குச் சென்று 'காணொளி அழைப்பைத் துவங்குக' (Start Video Call) எனும் 'சின்ன' (icon) த்தின் மீது சொடுக்குங்கள்



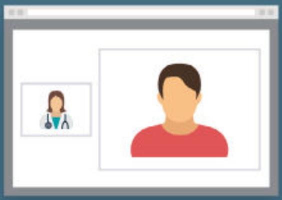
2 கேட்கப்படும்போது, பெயர் மற்றும் தொலைபேசி இலக்கத்தை உள்ளிடுங்கள்



3 'க்ளினிக்'-இன் 'இணைய காத்திருப்புப் பகுதி' (online **Waiting Area**)-யில் உள் நுழையுங்கள்



4 சிகிச்சையாளர் வந்தவுடன் கலந்துரையாடல் துவங்கும்



! ஏதாவது சரியாக இயங்கவில்லை என்றால் என்ன செய்வது?

- **https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting** எனும் வலைத்தலப் பக்கத்திற்குச் செல்லுங்கள்

மேலதிகத் தகவல்கள்

Telehealth Support Contact
Tel: +61 3 8572 3823
Email : telehealth@monashhealth.org

Monash Health

healthdirect Video Call