भिडियो सम्पर्क (कल) मार्फत तपाईंको अपोइन्टमेन्टमा सम्मिलित हुँने

Northern Health Example

जहाँ उपयुक्त हुन्छ, तपाईंले एक भिडीयो सम्पर्क (कल) मार्फत अनलाईन परामर्श लिन सक्नुहुन्छ।

भिडियो सम्पर्क एक फोन सम्पर्क जत्तिकै सुविधाजनक हुन्छ, र अनुहार देखाएर प्रत्यक्ष संवाद गर्न सकिन्छ।

यसले तपाईंको समय तथा पैसा जोगाउछ, र घर नजिकैबाट तपाईंको हेरचाह हुन्छ।

म मेरो अपोइन्टमेन्टको लागि कहाँ जाने हो?

तपाईंको अपोइन्टमेन्टमा उपस्थित हुन, यहाँ जानुहोस्:

Example

वा क्लिनिकको प्रतिक्षा क्षेत्रमा जान यो QR कोड प्रयोग गर्नुहोस्:

तपाईंको अपोइन्टमेन्टको लागि यात्रा गर्नुको सट्टा तपाई क्लिनिकको अनलाइन प्रतिक्षा क्षेत्रमा प्रवेश गर्नुहुन्छ। तपाई अनलाइन आइपुगेपछि स्वास्थ्य सेवाकर्मीलाई सूचित गरिन्छ र तपाईंको चिकित्सक तयार भएपछि तपाईंलाई भेट्नेछ। सम्पर्क गर्न कुनै खाता खोल्न आवश्यक छैन। तपाईंले उपलब्ध गर्नु भएको कुनै पनि जानकारी संचित गरिने छैन।

भिडियो सम्पर्क गर्न मलाई के चाहिन्छ?

- **राम्रो इन्टरनेट सुविधा (जडान)**
  यदि तपाईंले युट्यूब जस्ता अनलाइन भिडियो हेर्न सक्नुहुन्छ भने तपाईंले भिडियो कल गर्न सक्नुहुन्छ।
- **एक निजी, उज्यालो कक्ष जहाँ तपाईंको परामर्शको समयमा कुनै खलबल हुँदैन्**
- **पछाडी उल्लेखित वेब ब्राउजरहरू मध्येको पछिल्लो संस्करण:**
  - गुगल क्रोम (Google Chrome), माइक्रोसफ्ट एज (Microsoft Edge) मोजिल्ला फायरफक्स (Mozilla Firefox) वा एप्पल सफारी (Apple Safari)
- **वेब क्यामेरा, स्पिकर र माइक्रोफोन**
  (ल्यापटप वा मोबाइल उपकरणहरूमा पहिले नै जडित हुन्छ)

कसरी भिडियो कल गर्ने भन्ने बारे थप जानकारीको लागि पछाडिको पृष्ठ हेर्नुहोस्।

के यो सुरक्षित छ?

भिडियो कलहरू सुरक्षित हुन्छन्; तपाईंको गोपनीयता सुरक्षित छ। तपाईंको लागि निजी भिडियो कक्ष हुन्छ र यहाँ केवल अधिकृत चिकित्सकरूले मात्र प्रवेश गर्न पाउँछ।

भिडियो कलको शुल्क कति छ?

भिडियो कल नि: शुल्क हो (तपाईंको इन्टरनेटको खर्च बाहेक)। यद्यपि चिकित्सा परामर्शको नियमित शुल्कहरू - यदि कुनै छ भने – खर्च लाग्छ।

इन्टरनेट डाटा कतिको प्रयोग हुन्छ?

तपाई चिकित्सकको लागि प्रतिक्षा गर्दै गर्दा तपाईंको कुनै डाटा प्रयोग हुँदैन।

एक भिडियो परामर्श गर्दा यसले उच्च गुणस्तरमा* एक यूट्यूब भिडियो हेर्ने बेला खपत हुने भन्दा आधा भन्दा कम डाटा प्रयोग हुनेछ।

यदि कम स्पीडको इन्टरनेट जडान गर्नु भएको छ, वा यदि तपाई कम शक्तिशाली कम्प्युटर, ट्याब्लेट, वा स्मार्टफोन प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने डाटाको खपत पनि कम हुन्छ। यी कारणहरूले कलको समग्र गुणस्तर पनि कम हुन सक्छ।

कलमा दुई भन्दा बढी सहभागीहरू हुँदा डाटाको खपत बढ्छ।

स्मार्टफोन र ट्याब्लेट प्रयोगकर्ताहरू

यदि तपाई सक्नुहुन्छ भने तपाईंको मोबाइल डाटा खपत हुनबाट जोगिन घर वा कामको वाइफाइ (Wi-Fi) नेटवर्कको प्रयोग गर्नुहोस्।

* *त्यो भनेको 20 मिनेट कलको लागि एक मोबाइल उपकरणमा करिब 230 MB को खपत हुन्, र कम्प्युटरमा 450 MB खपत हुन्छ जुन स्काइप (Skype)® वा फेसटाइम (Facetime)® जतिको समान हुन्छ।*

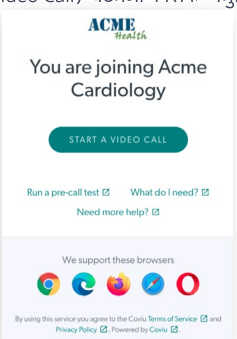
भिडियो कल गर्न तयार हुनुहोस्

तपाईंले निम्न वेब ब्राउजरहरू मध्येको पछिल्लो संस्करण प्रयोग गरेको निश्चित गर्नुहोस्।

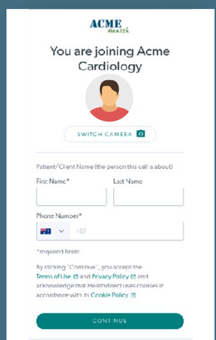
- गुगल क्रोम (Google Chrome) (विन्डोज, एन्ड्रोइड, म्याकओस, आईओएस 14.3+)
- एप्पल सफारी (Apple Safari) (म्याकओस, आईओएस)
- मोजिल्ला फायरफक्स (Mozilla Firefox) (विन्डोज, एन्ड्रोइड, म्याकओस, आईओएस 14.3+)
- माइक्रोसफ्ट एज (Microsoft Edge) (विन्डोज, एन्ड्रोइड, म्याकओस, आईओएस 14.3+)

यहाँ जानुहोस्: Example

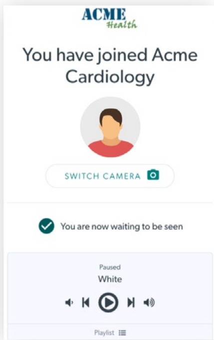
1 भिडियो कल सुरु गर्न तपाईंलाई पठाएएको लिङ्कमा रहेको वा स्वास्थ्य सेवाको वेबसाइटमा रहेको भिडियो कल सुरु (Start A Video Call) बटनमा क्लिक गर्नुहोस्।



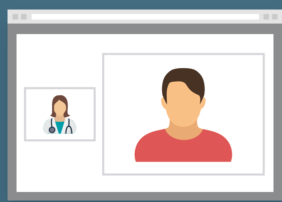
2 मागेपछि आफ्नो नाम तथा विवरण उपलब्ध गराउनुहोस्



3 क्लिनिकको अनलाइन **प्रतिक्षा क्षेत्र** प्रवेश गर्नुहोस्



4 चिकित्सक आउनु हुन्छ र परामर्श शुरु हुन्छ



! केहि गडबड भएमा मैले के गर्ने?

- https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting मा जानुहोस्

थप जानकारी

healthdirect Video Call

Attending your appointment via a Video Call

Northern Health Example

Where appropriate, you can have your consultation online via a video call

Video calling is as convenient as a phone call, with the added value of face-to-face communication.

It can save you time and money, and brings your care closer to home.

Where do I go to attend my appointment?

To attend your appointment, go to:

Example

Or use this QR code to access the clinic waiting area:

Instead of travelling to your appointment, you enter the clinic's waiting area online. The health service is notified when you arrive, and your clinician will join you when ready. There is no need to create an account. No information you enter is stored.

What do I need to make a video call?

- **A good connection to the internet**
  If you can watch a video online (e.g. YouTube) you can make a video call
- **A private, well-lit area where you will not be disturbed** during the consultation
- **A recent version of one of these Web Browsers as shown overleaf:**
  - Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox or Apple Safari
- **Web-camera, speakers and microphone**
  (already built into laptops or mobile devices)

See over for more information on how to make a video call.

Is it secure?

Video calls are secure; your privacy is protected. You have your own private video room, that only authorised clinicians can enter.

How much does a video call cost?

The video call is free (except for your internet usage). However, the regular costs – if any – of a medical consultation still apply.

How much internet data will I use?

You don't use any data while waiting for a clinician to join you.

A video consultation uses less than half of the data you would use while watching a YouTube video in High Definition*.

Data use is less on lower-speed internet connections, or if you're using a less powerful computer, tablet, or smartphone. These factors can also reduce the overall quality of the call.

Data use increases when there are more than two participants in the call.

Smartphone & tablet users

If you can, connect to a home or work Wi-Fi network to avoid using your mobile data allowance.

* *That's about 230 MB on a mobile device, and 450 MB on a PC for a 20 minute call, which is similar to Skype® or FaceTime®.*

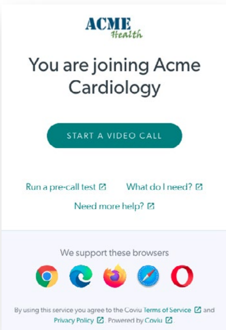
Get ready to make video calls

Make sure you use a recent version of one of the following browsers:

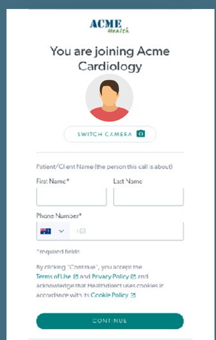
- Google Chrome (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
- Apple Safari (MacOS, iOS)
- Mozilla Firefox (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
- Microsoft Edge (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)

Go to Example

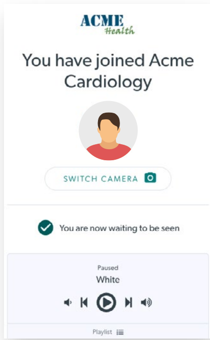
1. Click the Start A Video Call button in the link provided, or on the health service's website.



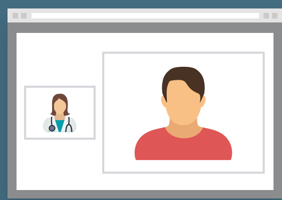
2. Enter name and details when prompted



3. Enter the clinic's online **Waiting Area**



4. Clinician arrives and the consultation proceeds



What do I do if something is not working?

- Go to **https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting**

More information

healthdirect Video Call