



# পুনর্বাসন চিকিৎসা গ্রহণ করুন টেলিফোনে স্বাস্থ্য পরিষেবার মাধ্যমে



World  
PT Day  
2020

## কখন টেলিফোনে স্বাস্থ্য পরিষেবা ব্যবহার করবেন?

কোভিড-১৯ মহামারীর সময় ফিজিওথেরাপিস্টরা বিভিন্ন ধরনের রোগের চিকিৎসায় ও রোগীদের সহায়তা দিতে টেলিফোনে স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদান করছেন, যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত আছে:



## টেলিফোনে স্বাস্থ্য পরিষেবা অ্যাপয়েন্টমেন্ট এর পূর্বে যেসব বিষয়গুলো খেয়াল করবেন

01

02

03

04

05

06

07



আপনি কি কোন  
একটি কম্পিউটার,  
ল্যাপটপ, ট্যাবলেট ও  
অন্য কোন মোবাইল  
যন্ত্র ব্যবহার করতে  
যাচ্ছেন?

আপনার কি  
শক্তিসম্পন্ন ও  
নির্ভরযোগ্য ইন্টারনেট  
সংযোগ আছে?

আপনার  
মাইক্রোফোন,  
স্পিকার/হেডফোন,  
ওয়েবক্যাম  
সঠিকভাবে কাজ  
করছে কিনা দেখুন।

আপনার কি তাল  
একটি ইন্টারনেট  
সংযোগ নেই? তাহলে  
ল্যান্ডলাইন ফোন  
ব্যবহার করলেন

চিকিৎসা পরামর্শ  
নেয়ার জন্য আপনি কি  
আপনার পরিবার এর  
একজন সদস্য অথবা  
বন্ধুকে সাথে রাখতে  
চান?

আপনাকে একটু  
নড়া-চড়া করা লাগতে  
পারে বা কিছু  
ঝঁঝরসাইজ করা  
লাগতে পারে, তাই  
আপনি কি ধরনের  
জামা পড়ছেন সেটা  
তেবে নিন।

আপনি কি কি প্রশ্ন  
করতে যাচ্ছেন তার  
একটি তালিকা  
প্রস্তুত করে নিন?

আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট এর জন্য এমনভাবে প্রস্তুতি নিন যেন আপনি সরাসরি সাক্ষাৎ করছেন এবং আপনার ফিজিওথেরাপিস্ট এর  
টেলিফোন নম্বর আছে কিনা দেখেও নিন যাতে কোন কারিগরি ত্রুটি থাকলে অসুবিধা না হয়।

টেলিফোনে স্বাস্থ্য পরিষেবা শারীরীক কর্মক্ষমতার উন্নতিতে ও বিভিন্ন পেশী-অস্থি এর ব্যথায় প্রচলিত  
স্বাস্থ্যসেবা পদ্ধতির মতোই কার্যকরী