



# டெலிஹெல்த் மூலம் புனர்மறுவாழ்வு அணுகல்



## டெலிஹெல்த் எப்போது பயன்படுத்த வேண்டும்

COVID-19 தொற்றுநோய்களின் போது நோயாளிகளுக்கு ஆதரவளிப்பதற்கும், பலவிதமான நிலைமைகளுக்கு சிகிச்சையளிப்பதற்கும் பிசியோதெரபிஸ்டுகள் டெலிஹெல்த் பயன்படுத்துகின்றனர்



## உங்கள் டெலிஹெல்த் சந்திப்புக்கு முன் என்ன கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்



உங்கள் சந்திப்புக்கு தயாராகுங்கள், அதை ஒரு நேருக்கு நேர் சந்திப்பு போல உணருங்கள். இந்த சந்திப்பின் போது இணையத்தின் தொழில்நுட்ப சிக்கல்கள் நிகழ்ந்தால் உடனடி தொடர்புக்கு உங்களிடம் உங்கள் பிசியோதெரபிஸ்டின் தொலைபேசி எண் இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்

டெலிஹெல்த் பலவிதமான தசைக்கூட்டு நிலைமைகளுக்கும், உடல் செயல்பாடு மற்றும் வலியை மேம்படுத்துவதற்காகவும் சுகாதார விறியோகத்தின் வழக்கமான முறைகளைப் போலவே பயனுள்ளதாக இருக்கும்