



# ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਨਾਲ ਪੁਨਰਵਾਸ



## ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਦੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ

ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਸਮੇਤ ਹੇਠਲੇ ਪੱਖ:



## ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਵਿਚਾਰਨਾ ਹੈ?



ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪੋ - ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜੇ ਤਕਨੀਕੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਫਿਜ਼ਿਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਦਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ

ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਕਾਰਜਾਂ, ਦਰਦ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।