

Telehealth

Guidance and Resources
to Extend Your Reach

10 TIPS

to Prepare for a Telehealth Appointment

1. Make sure you have an internet connection, either on a computer or through your mobile device.
2. Your computer or phone should have a working camera and microphone.
3. If you're using your phone, ensure it is using the most current operating system.
4. Your healthcare provider might use one of many different systems to connect via telehealth. Ask them for the minimum bandwidth required to make sure you won't have connection issues. If you aren't sure what your bandwidth at home is, you can call your internet provider.
5. Depending on the platform, you may need to setup an account. Your diabetes care and education specialist can guide you through this.
6. When you're ready for the appointment, use a quiet room and sit in a chair rather than walk around. As in any appointment, you want to make sure it has your full attention.
7. Have available any diabetes management tools you might use e.g. meter, medications, insulin, CGM, pump, etc.
8. If you use log books to keep track of your blood sugar, know that you might need be asked to send them to your diabetes care and education specialist through a secured online website or designated email account.
9. Treat the appointment as you would any in-person visit. You might be asked to show how you take your insulin or check your blood sugar.
10. During your telehealth appointment, ask questions and be sure to tell them your refill and supply needs. A diabetes care and education specialist is there to support you.



10 CONSEJOS

Para Preparar para una Cita de Telesalud

1. Asegúrese de tener una conexión a Internet, ya sea en una computadora o a través de su dispositivo móvil.
2. Su computadora o teléfono debe tener una cámara y un micrófono que funcionen.
3. Si está usando su teléfono, asegúrese de que esté usando el sistema operativo más actual.
4. Su proveedor de atención médica puede usar uno de los muchos sistemas diferentes para conectarse vía telesalud. Pregúnteles por el ancho de banda mínimo requerido para hacer seguro que no tendrás problemas de conexión. Si no está seguro de cuál es su ancho de banda en casa es, puede llamar a su proveedor de Internet.
5. Dependiendo de la plataforma, es posible que deba configurar una cuenta. Tu cuidado de la diabetes y un especialista en educación puede guiarlo a través de esto.
6. Cuando esté listo para la cita, use una habitación tranquila y siéntese en una silla en lugar de caminar. Como en cualquier cita, debe asegurarse de que reciba toda su atención.
7. Tenga a mano todas las herramientas para el control de la diabetes que pueda utilizar, p. metro, medicamentos, insulina, MCG, bomba, etc.
8. Si usa libros de registro para realizar un seguimiento de su nivel de azúcar en sangre, sepa que es posible que necesite Se le pedirá que los envíe a su especialista en educación y cuidado de la diabetes a través de un sitio web seguro en línea o cuenta de correo electrónico designada.
9. Trate la cita como lo haría con cualquier visita en persona. Se le puede pedir para mostrar cómo se administra la insulina o controla el nivel de azúcar en sangre.
10. Durante su cita de telesalud, haga preguntas y asegúrese de decirles su reabastecimiento y necesidades de suministro. Un especialista en educación y cuidado de la diabetes está ahí para ayudarlo.

