



## Telehealth for cancer patients and carers

Your cancer treatment team may be offering you appointments by phone or video instead of face-to-face. These are both types of telehealth. You can still use an interpreter for telehealth appointments if you want to.

### What are the benefits?

Telehealth can:

- enable you to continue your vital health care
- reduce your risk of getting other illnesses like colds, flu and Coronavirus. This is important if your immune system (your body's ability to fight infection) has been weakened by your cancer treatment
- avoid the need to travel to appointments
- save you money on travel and accommodation costs
- be faster if you just need a prescription or have a quick question for your treatment team

## Telehealth per pazienti con cancro e i loro assistenti

Il team che si occupa della tua terapia per il cancro potrebbe offrirti degli appuntamenti per visite tramite telefono o video, anziché di persona. Questi sono entrambi tipi di telehealth, che significa telemedicina. Se lo desideri, puoi utilizzare un interprete anche per le tue visite in telehealth.

### Quali sono i vantaggi?

La telehealth può:

- permetterti di continuare le tue cure mediche
- ridurre il rischio di contrarre altre malattie come il raffreddore, l'influenza e il Coronavirus. Questo è importante se il tuo sistema immunitario (la capacità del tuo corpo di combattere un'infezione) è stato indebolito dalla terapia per il cancro
- evitare di doverti spostare per andare alle visite
- farti risparmiare i soldi per le spese di trasporto e di alloggio
- farti risparmiare tempo se hai solo bisogno di una prescrizione medica o se hai una domanda veloce per il team che si occupa della tua terapia

## What appointments are best for telehealth?

Telehealth is best for the following types of appointments:

- Where you have an existing relationship with your health professional
- follow-up care
- scan and test results
- advice on symptoms and side effects
- repeat prescriptions
- nutrition and exercise advice
- counselling

Your health professional will tell you if they need to see you in person and will make a follow-up appointment.

## What do I need?

### Video calls:

- a smartphone, iPad/ tablet, laptop or a computer that has a camera, microphone and speakers
- an email address or mobile phone number so they can email or text you the instructions and link
- internet connection

### Phone calls:

- a mobile phone or landline

## Quali sono gli appuntamenti più indicati per essere effettuati in telehealth?

La telehealth è soprattutto indicata per le seguenti tipologie di visite:

- quando esiste già un rapporto fra te e l'operatore sanitario
- per visite di controllo
- per esiti di esami ed analisi
- per dare consigli su sintomi ed effetti collaterali
- per prescrivere ricette che vengono ripetute regolarmente
- per consigli su alimentazione ed attività fisica
- per supporto psicologico

Il tuo operatore sanitario ti dirà se ha bisogno di vederti di persona e fisserà una visita di controllo.



## Di cosa ho bisogno?

### Video chiamate:

- uno smartphone, iPad/tablet, computer portatile o computer fisso munito di telecamera, microfono e casse audio
- un indirizzo email o numero di cellulare in modo da poterti inviare un'email o un messaggio di testo con istruzioni e link
- connessione internet

### Telefonate:

- un telefono cellulare o fisso.

## Before your telehealth appointment

Check with your health professional if you can see scan or test results.

Let your health service know if you:

- are hard of hearing
- need an interpreter

Make sure you;

- read any instructions
- have a list of questions prepared
- have the email address for your local pharmacy so if you need a prescription your doctor can email the pharmacy any prescriptions.
- have a support person (e.g. friend or relative) with you if needed
- find a quiet place so you won't be interrupted and make sure you don't have a window or light behind you
- do not have your mobile phone on silent
- turn your microphone on (off mute) and your camera is on if you're using a laptop or tablet (iPad)
- set up the screen so you have your face and shoulders in view
- rest your screen on something so you don't have to hold it. This will make it easier for you to concentrate on the call and will also free your hands to write any notes.

## During the appointment:

- look at the screen
- speak slowly
- take it in turns to speak one at a time
- if you get cut off, wait for a phone call from your health professional
- write down any instructions and what you need to do next
- ask all your questions
- ask your doctor if they can share their screen with you when they are going through test or scan results.



## Prima della tua visita in telehealth:

Verifica con il tuo operatore sanitario per sapere se puoi vedere i risultati di analisi o esami.

Fai sapere al servizio sanitario se:

- hai problemi di udito
- hai bisogno di un interprete

Assicurati di;

- leggere eventuali istruzioni
- aver preparato una lista di domande
- avere l'indirizzo email della tua farmacia di quartiere così che se hai bisogno di ricette il tuo medico possa spedirle direttamente alla farmacia tramite email
- avere il supporto di qualcuno (es. amico/a o parente) se ne hai bisogno
- trovare un posto tranquillo così da poter procedere senza interruzioni e assicurarti di non avere una finestra o una fonte di luce alle tue spalle
- non avere il tuo cellulare in modalità silenziosa
- accendere il microfono (che non deve essere in modalità 'muto') e la telecamera se stai usando un computer portatile o un tablet (iPad)
- posizionare lo schermo così che ti si vedano il viso e le spalle
- poggiare lo schermo su una superficie così da non doverlo tenere in mano. Questo renderà più facile concentrarti sulla chiamata e ti lascerà le mani libere nel caso tu debba scrivere qualcosa.



## Durante la visita:

- guarda verso lo schermo
- parla lentamente
- rispetta il tuo turno, così da parlare uno alla volta
- se cade il collegamento, aspetta che l'operatore sanitario ti richiami
- scriviti eventuali istruzioni e quello che devi fare
- fai tutte le domande che ritieni necessarie
- chiedi al medico se può condividere con te il suo schermo quando ti spiega i risultati di analisi o esami.

## Can I ask for a face-to-face appointment?

Yes.

You should have a face-to-face appointment if:

- it's your first time seeing the doctor
- your health professional has asked to see you in person
- you are not getting better

Or if you:

- need a physical examination, test, treatment or scan
- have more than one appointment at the health centre or hospital
- do not feel comfortable using telehealth
- do not have the technology or cannot use it

## How much will it cost?

Before your appointment, ask your health service if your appointment will be free (bulk billed) and if not, how much you will have to pay.

## Can I have a support person (e.g. a relative or friend) with me for the appointment?

Yes. Introduce the person to the health professional at the start of the call/ video as you would if you were meeting in person.

For information and support call us on 13 11 20 or for other languages call 13 14 50.

## Posso richiedere un appuntamento di persona?

Sì.

Dovresti avere un appuntamento di persona se:

- è la prima volta che incontri quel medico
- il tuo professionista sanitario ha chiesto di vederti di persona
- non stai migliorando

Oppure se:

- hai bisogno di effettuare un esame fisico, un'analisi, un trattamento o un esame
- hai più di un appuntamento al centro medico o all'ospedale
- non ti senti a tuo agio usando la telehealth
- non hai gli strumenti tecnologici o non sai come usarli

## Quanto costa?

Prima del tuo appuntamento chiedi al fornitore di servizi sanitari se la tua visita sarà gratuita (bulk billed, cioè coperta interamente da Medicare) e in caso contrario, quanto dovrai pagare.



## Posso farmi accompagnare all'appuntamento da qualcuno (es. parente o amico/a)?

Sì. Presenta la persona all'operatore sanitario all'inizio della telefonata/video chiamata, così come faresti se la visita fosse di persona.

Per informazioni e supporto chiamaci al numero 13 11 20 oppure per altre lingue chiama il 13 14 50.

Per informazioni e supporto contatta un infermiere oncologico

 13 11 20

 [cancercouncil.com.au](https://cancercouncil.com.au)

 Per altre lingue chiama 13 14 50