

## 青少年和远程医疗

是否到为您家的青少年做检查的时候了？您的儿科医师可能可以通过视频电话或其他远程选项提供远程医疗问诊，使您也许不必前往医生办公室。与前往医生办公室看医生相比，很多青少年和年轻成年人更喜欢使用远程医疗问诊。他们可以使用手机或笔记本电脑访问他们认识且信任的医生。

现在就开始使用远程医疗问诊，是您可以支持您家青少年不断增强的独立性的方法之一。在您的帮助下，他们可以学习如何在家中舒适的环境下自己与他们的医生交谈。儿科医师们发现，通过远程医疗，当正在发生的变化有很多时，他们甚至能对青少年有更多的了解。年轻人经常变得更放松，更愿意聊天。

### 远程医疗的好处

远程医疗可以为您与儿科医生建立联系创造绝佳的地点和时间。他们这一阶段的生活有太多变化了，安排好远程医疗问诊是为未来之路获得健康指导的好办法。最好不要等到出现问题时才寻求获得保健。这样一来，您便可在您家的青少年遇到一两个坎儿时已经提前做好准备。

- **灵活性**：没有出行时间意味着可以在忙碌的生活安排中抽时间进行预约，不必开车或使用公共交通工具。
- **舒适度**：如果您家的青少年会在医生办公室感到紧张，通过视频或电话进行问诊也许有助于打破这种紧张感。
- **支持**：您的医生可能与您家的青少年谈论他们有困难的问题，例如健康饮食、集中精力、情绪变化、性健康、关系和潜在的用药精神障碍。
- **保密性**：您的问诊是安全的。不会记录问诊，也不会与任何人分享问诊。
- **独立性**：青少年和年轻成年人可以在家或学校尽可能安静的地方与医生有非常重要的一对一交流时间。

## 青少年的声音

在问诊期间，您家青少年或年轻成年人与他们的儿科医生之间的一对一交流时间有助于增强他们之间的关系。这可促进终身健康和不断增强的独立性。儿科医师们是进行这些对话的专家！

虽然不在房间里可能会使一些父母和照顾者感觉很奇怪，但这会给青少年和年轻成年人发声的机会。研究显示，问诊期间的这一部分可有助于青少年感觉可以毫无顾忌地聊一聊重要的健康问题。观看这个视频了解更多信息，并且与您的儿科医师交谈，了解走出房间的最佳时间是什么。

## 与您的儿科医师成为伙伴

青少年和年轻成年人有独特的医疗保健需求。这也许是情绪需求，例如应对焦虑、抑郁或悲伤。这也可能是因为他们长时间患有的疾病需要的照料。他们也许希望谈论他们的性健康和关系，从可信的来源获得指南。最为父母或照顾者，您引导他们走过青少年阶段的每一步。不管是面对面还是远程医疗问诊，您的儿科医师都会在这里提供帮助。

**很多保险计划承保儿科远程医疗预约，但总还是要在安排预约之前联系您的个人保险计划和您的医生办公室，确认这一点。**