



患者及照护者教育

# 如何利用科技手段与亲友保持联系

本信息将帮助您在无法出现在亲友身边时，依然能够与他们保持联系。它介绍了如何通过医院病房内的屏幕进行视频通话，并说明了如何在个人设备上下载并使用 FaceTime、Google Meet 或 WhatsApp 等应用程序进行视频聊天。

配备视频聊天应用的笔记本电脑

## 如何使用房间内的屏幕进行视频聊天

如果您的房间配备了 Cisco Webex 会议室设备，您可以使用 Family Connect 视频通话系统进行视频聊天。该设备是一套安装在您房间电视上方的摄像头和扬声器系统。您可以使用安装在床边的遥控器来进行操作。

## 开始 **Family Connect** 视频聊天

1. 使用遥控器进入电视的默认菜单。
2. 按数字键盘上的“6”，选择“My Stay”（我的住宿）。
3. 然后按数字键盘上的“1”，选择“Family Connect”（家庭联系）。
4. 根据提示，使用数字键盘键入您想要联系的人的手机号码。按下回车键，然后等待对方加入通话。

对方将收到一条短信，提示他们通过 Webex Meetings 加入视频通话。此链接在 1 小时内有效。您需要在电视的 Family Connect 通话界面中等待，直到对方加入。

## 加入 **Family Connect** 视频聊天

您呼叫的联系人应遵循以下步骤以加入聊天。



1. 将 Webex Meetings 应用安装到您的智能手机、平板或笔记本电脑上。您可以在苹果 App Store 或安卓 Google Play Store 搜索 “Webex Meetings”。同样，您也可以直接在网页浏览器中输入 [www.webex.com/download](http://www.webex.com/download)，比如在苹果设备上打开 Safari，或在安卓设备上打开 Google Chrome 来输入此网址。
2. 打开应用并按照步骤设置 Webex。
3. 您会收到一条短信，邀请您加入通话。点击短信中的链接。
4. 链接将启动您设备上的 Webex Meetings 应用。点击 “Join Meeting”（加入会议），并允许应用使用您的麦克风和摄像头。

## 如何使用您自己的设备进行视频聊天

有许多应用程序允许您使用自己的智能手机、平板电脑或带有摄像头的笔记本电脑与朋友进行视频聊天。

按照以下步骤准备开始视频或语音聊天：

1. 连接 Wi-Fi。所有 MSK 地点均提供免费 Wi-Fi，可以连接至 MSK\_Guest 网络。
2. 选择一个应用程序。您可能已经在带有摄像头的智能手机、平板电脑或笔记本电脑上安装了视频聊天应用程序。检查您的设备上是否有 FaceTime（苹果）或 Google Meet（安卓）。这两款应用程序都允许您在美国和其他国家/地区与其他人通话、发短信和视频聊天。

您试图联系的人必须与您使用相同的应用程序。询问您的亲友他们使用的是哪些视频聊天应用程序，以便你们使用同样的应用程序。您可以从 Apple Store 或 Google Play Store 下载其他应用程序，如 WhatsApp。有关更多信息，请阅读本资料中“如何将聊天应用程序下载到您的设备”部分。

3. 开始聊天。要了解如何开始聊天，请参阅本资源的“如何开始聊天”部分。

## 如何将应用程序下载到您的设备

要使用应用程序，首先确保您已经将其下载到您的设备上。这些说明将帮助您下载计划用来与亲友联系的应用程序。

## 如何下载 **FaceTime**



FaceTime 仅可在苹果设备上使用，例如 iPhone、iPad 或 Mac 电脑。这些设备通常会预装 FaceTime 应用程序。无需另外下载。

如果您的设备上的 FaceTime 应用被删除了：

1. 打开 App Store。在 App Store 中搜索 “FaceTime”。
2. 点击 “获取” 按钮将 FaceTime 应用程序下载到您的设备。
3. 打开应用并按照步骤设置 FaceTime。

## 如何下载 **Google Meet**



1. 如果您使用的是电脑，请在您的网络浏览器中访问 [www.meet.google.com](http://www.meet.google.com)，例如 Safari（苹果）或 Google Chrome。您也可以在苹果的 App Store 或安卓的 Google Play Store 中搜索 “Google Meet”。
2. 将 Google Meet 应用程序下载到您的智能手机或平板电脑上。如果您在电脑上使用网络浏览器，则不需要下载该应用程序。
3. 如果您使用的是应用程序，请将其打开并按照步骤设置 Google Meet。

## 如何下载 **WhatsApp**



1. 在网页浏览器中进入 [www.whatsapp.com/download](http://www.whatsapp.com/download)，例如 Safari（苹果）或 Google Chrome。您也可以在苹果的 App Store 或安卓的 Google Play Store 中搜索 “WhatsApp”。
2. 将 WhatsApp 应用安装到您的智能手机、平板或笔记本电脑上。

3. 打开应用并按照步骤设置 WhatsApp。

## 如何开始聊天

要使用其中一个应用程序开始聊天，请按照以下说明操作。

### 如何在 **FaceTime** 上开始聊天

1. 打开 FaceTime 应用程序。
2. 选择右上角的 “New FaceTime”（新建 FaceTime）按钮。
3. 输入您想要联系的人的姓名。屏幕上出现其姓名时，选择该姓名。如果您的联系人信息中没有他们的联系方式，请输入他们的电话号码或电子邮件地址。
4. 在 FaceTime 聊天中，您可以与多个人聊天。选择 “+” 按钮并输入您想要联系的每个人的姓名。一旦您的联系人出现在 “to”（联系）字段中，选择 FaceTime 视频图标即可开始视频聊天。

### 如何在 **Google Meet** 上开始聊天



1. 打开 Google Meet 应用程序。
2. 选择 “search contacts or dial”（搜索联系人或拨号）。
3. 输入您想要联系的人的姓名或电话号码。屏幕上出现其姓名时，选择该姓名。
4. 您可以选择视频、语音或短信。如果您在选择某人的名字时看到 “invite”（邀请），这意味着他们没有 Google Meet。请他们将 Google Meet 下载到其设备上，或在电脑上打开。然后再次尝试与他们联系。

### 如何在 **WhatsApp** 上开始聊天

1. 打开 WhatsApp 应用程序，并在导航栏上选择 “Chats”（聊天）按钮。
2. 选择聊天气泡图标来创建聊天。



3. 输入您想要联系的人的姓名。为此，您可以选择屏幕顶部的放大镜。您也可以通过滚动查看联系人列表来找到他们的名字。
4. 选择其姓名以创建聊天。

5. 创建聊天后，点击  图标开始视频通话，或者点击  图标开始电话通话。

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

How To Use Technology To Connect With Family and Friends - Last updated on September 3, 2024

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利